

# Sosiaalisen tuen merkitys seksuaalista väkivaltaa kokeneille nuorille naisille

Tulkitseva fenomenologinen analyysi itsearvostuksen  
rakentamisesta Tyttöjen Talolla

Marleena Emilia Vornanen

Helsingin yliopisto  
Valtiotieteellinen tiedekunta  
Sosiaalipsykologia  
Pro gradu -tutkielma  
Lokakuu 2014



HELSINGIN YLIOPISTO  
HELSINGFORS UNIVERSITET  
UNIVERSITY OF HELSINKI

Tiedekunta/Osasto – Fakultet/Sektion – Faculty  
Valtiotieteellinen tiedekunta

Laitos – Institution – Department  
Sosiaalitieteiden laitos

Tekijä □ – Författare – Author  
Marleena Emilia Vornanen

Työn nimi – Arbetets titel – Title

Sosiaalisen tuen merkitys seksuaalista väkivaltaa kokeneille nuorille naisille: Tulkitseva fenomenologinen analyysi itsearvostuksen rakentamisesta Tyttöjen Talolla

Oppiaine – Läroämne – Subject  
Sosiaalipsykologia

Työn laji – Arbetets art – Level  
Pro gradu -tutkielma

Aika – Datum – Month and year  
Lokakuu 2014

Sivumäärä – Sidoantal – Number of pages  
105 + 4

Tiivistelmä – Referat – Abstract

Sosiaalisen ympäristön toiminta voi auttaa tai vahingoittaa seksuaalisen väkivallan uhria. Seksuaalisen väkivallan tai sosiaalisen tuen tarkastelu yksinomaan erilaisina tekoina ei riitä, koska subjektiiviset kokemukset muodostuvat yksilöllisten tulkintojen ja kulttuuristen merkitysten kautta.

Tutkielma tarkastelee sosiaalisen tuen merkitystä nuorille naisille, jotka ovat saaneet seksuaalisen väkivallan kokemustensa käsittelyyn tukea Tyttöjen Talolla yksilöllisesti sekä ammatillisesti ohjatussa vertaistukiryhmässä. Aineistona on viisi puolistrukturoitua yksilöhaastattelua. Tulkitsevan fenomenologisen analyysin tavoitteena on kuvailla ja tulkita, kuinka haastateltavat kokevat sosiaalisen tuen vaikuttaneen henkilökohtaiseen selviytymiseensä, erityisesti itsearvostukseensa.

Sosiaalinen tuki ja haastateltavan oma itsenäinen aktiivisuus yhdessä vievät selviytymistä eteenpäin, mutta osa haastateltavista korostaa enemmän omaa aktiivisuuttaan ja osa sosiaalista tukea. Sosiaalisessa tuessa keskeisiä ovat lämpö (yhteyden kokemus ja empatia) sekä kognitiivinen tuki (neuvojen ja ajattelumallien tarjoaminen). Itsearvostus määrittyy aineistolähtöisesti itsensä rakastamiseksi ajatuksin, tuntein ja teoin, ja sitä vahvistavat minuuden eheyden ja normaaliuden kokemukset. Haastateltaville on yhteistä toipumisprosessin eteneminen häpeän ja syyllisyyden sävyttämästä ahdistuksesta kohti itsensä rakastamista. Etenemisen tavat ovat yksilöllisiä: prosessin voi kokea kaoottisena myllerryksenä, vaiheittaisena, vaivalloisena tai suoraviivaisempana. Itsenäisyys liittyy kaikkiin prosessin vaiheisiin ja näyttää sekä toipumisen tavoitteelta ja välineeltä että sitä vaikeuttavalta ihanteelta.

Itsenäisyyteen, feminiinisyteen ja seksuaalisuuteen liittyvät, osin keskenään ristiriitaiset kulttuuriset ihanteet voivat olla sekä itsearvostuksen esteitä että lähteitä. Heikoksi uhriksi ja huonoksi naiseksi leimaaminen uhkaavat itsearvostusta. Kokemukset itsenäisyydestä ja yhteydestä muihin puolestaan vahvistavat sitä.

Tärkeimmät tutkimuksessa käytetyt lähteet ovat seuraavat:

Ahrens, Cabral & Abeling (2009). Healing or hurtful: Sexual assault survivors' interpretations of social reactions from support providers.

Laitinen (2004). Häväistyt ruumiit, rikutut mielet: Tutkimus lapsina läheissuhteissa seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten ja miesten elämästä.

Laitinen & Uusitalo (2007). Sensitiivisen haastattelututkimuksen eettiset haasteet.

Ronkainen & Näre (toim.) (2008): Paljastettu intiimi: Sukupuolistuneen väkivallan dynamiikka.

Smith, Flowers & Larkin (2009). Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research.

Avainsanat – Nyckelord – Keywords

seksuaalinen väkivalta, sosiaalinen tuki, tulkitseva fenomenologinen analyysi (IPA), tytöt, naiset, itsearvostus

# Sisällys

1 Johdanto .....	1
2 Seksuaalinen väkivalta.....	3
2.1 Nuorten naisten kokema seksuaalinen väkivalta Suomessa.....	5
2.2 Jatkumo häirinnästä väkivaltaan .....	6
2.3 Uhri ja selviytyjä.....	8
3 Kuinka seksuaalinen väkivalta vahingoittaa .....	10
3.1 Traumaviitekehys ja sen rajoitukset.....	10
3.2 Likaisuus, häpeä ja syyllisyys .....	14
4 Sosiaalinen tuki.....	17
5 Tyttöjen Talon tuki seksuaalista väkivaltaa kokeneille .....	24
6 Aineisto ja tutkimuskysymykset .....	27
7 Eettiset kysymykset .....	28
8 Tulkitseva fenomenologinen analyysi .....	31
9 Analyysi ja tulokset.....	33
9.1 Sallan matka kaaoksesta itsensä kuuntelemiseen.....	35
9.2 Emman vähittäinen eheytyminen ja romahdukset .....	44
9.3 Kiltti ja avuton Anna.....	51
9.4 Tavallisuutta tavoitteleva Kaisa .....	61
9.5 Vahva ja kriittinen Veera .....	68
9.6 Kokonaiskuva .....	75
9.6.1 Itseen ja sosiaaliseen kietoutuva ahdistus .....	76
9.6.2 Lämpö ja kognitiivinen tuki .....	77
9.6.3 Itsenäisyys ihanteena ja kokemuksena.....	80
9.6.4 Itsensä rakastaminen .....	81
10 Pohdinta .....	82
10.1 Selviytymistapojen yksilöllisyys.....	84
10.2 Kulttuuriset merkitykset yksilöllisissä kokemuksissa.....	86
10.3 Sosiaalinen tuki tekoina ja kokemuksina .....	90
10.4 Tutkimuksen heikkouksia ja vahvuuksia .....	92
Lähteet .....	94
Liitteet	

# 1 Johdanto

Seksuaalirikoslainsäädäntöä kiristettiin viimeksi vuonna 2014, jolloin sukupuolinen ahdistelu eli itsemääräämisoikeutta loukkaava koskettelu tuli rangaistavaksi. Lisäksi alaikäisen raiskaus katsotaan vastedes aina törkeäksi ja aiemmin lievemmiiksi sukupuoliyhteyteen pakottamisiksi määritetyt teot raiskauksiksi. (Rikoslaki, 2014.)

Laissa siis tunnustetaan aiempaa selvemmin seksuaalisen väkivallan vahingoittavuus. Yhteiskunnan suhtautumisella on merkitystä uhrien selviytymisen kannalta, sillä sosiaalisen yhteisön toiminta voi satuttaa uhria yhtä paljon kuin itse seksuaalinen väkivalta (Hurtig, 2012, s. 127–128). Näin ollen on tärkeää kiinnittää huomiota tahoihin, jotka tarjoavat tukea seksuaalista väkivaltaa kohdanneille.

Kohdennettuja tukipalveluita tarjoavat useat kolmannen sektorin toimijat, kuten Helsingin Tyttöjen Talo, jonka toiminnan yhteydessä tämän tutkimuksen haastatteluaineisto on kerätty. Tyttöjen Talo on sukupuolisensitiivisen tyttötyön keskus, joka tarjoaa muun toimintansa muassa yksilöllistä ja vertaisryhmätukea seksuaalista väkivaltaa kokeneille 13–28-vuotiaille tytöille ja nuorille naisille (Tyttöjen Talo, 2014). Sukupuolisensitiivisyydellä tarkoitetaan sitä, että sukupuolten erilaiset vaikutukset nuorten kasvamiseen huomioidaan, ja sukupuolirooleja pyritään kyseenalaistamaan ja laajentamaan; tyttöjen kasvun pulmat nähdään sukupuolisidonnaisina, naisuus myönteisenä voimavarana ja tyttöinä ja naisena olemisen tavat moninaisina (Suomen Setlementtiliitto, 2014). Mukaan Tyttöjen Talon avoimeen toimintaan voi tulla nimettömänä viettämään aikaa esimerkiksi lukien, askarellen, musiikkia kuunnellen sekä muiden tyttöjen ja työntekijöiden kanssa jutellen. Lisäksi perustetaan erilaisia harrastus- ja vertaisryhmiä nuorten toiveiden ja tarpeiden mukaan. Toiminnan esikuvana on toiminut vastaavanlainen toiminta Ruotsissa ja Tanskassa. Tällä hetkellä Tyttöjen Taloja on Helsingissä, Turussa, Tampereella, Kuopiossa, Oulussa ja Espoossa. Helsingissä Tyttöjen Taloa ylläpitävät Kalliolan Nuoret ry, Setlementtinuorten liitto ry ja Helsingin kaupungin nuorisoihmissä. (Hannila, 2013.) Tyttöjen Talon yhteiskunnallista merkitystä ja toimintatapoja ovat aiemmin tutkineet esimerkiksi Eischer ja Tuppurainen

(2011). Tyttöjen Talon seksuaalisen väkivallan kokemuksiin liittyvää tukitoimintaa esittelen luvussa 5.

Seksuaalinen väkivalta on sukupuolittunutta: vuonna 2012 poliisille ilmoitettujen raiskausten epäillyistä 99,5 % oli miehiä ja uhreista 98 % naisia (Lappi-Seppälä & Niemi, 2013, s. 102–103). Kuitenkin sukupuolen merkityksen kieltäminen on nyky-Suomessa tyypillistä (Ronkainen & Näre, 2008, s. 9). Suomalaisen tasa-arvokeskustelun sukupuolineutraaliuden korostamisen keskellä Tyttöjen Talo on omalaatuinen konteksti, jossa sukupuoleen kiinnitetään erityistä huomiota. Tyttöjen Talon tuoman kontekstin myötä tutkimukseni on sidoksissa tyttötutkimuksen perinteeseen, vaikka tutkimuksen 20–26-vuotiaita osallistujia onkin luontevampaa kutsua nuoriksi naisiksi.

Tyttötutkimus on monitieteinen, naistutkimukselle tyypillisiä teorioita ja tarkastelutapoja hyödyntävä tutkimussuuntaus, joka keskittyy sukupuolen ja iän tutkimiseen. Tyttöyttä tarkastellaan materiaaliseen todellisuuteen kietoutuneena, toisaalta neuvoteltavana ja liikehtivänä historiallisena prosessina ja toisaalta kulttuurisena konstruktiona, johon kuuluvat perinteiset odotukset ja sukupuolen konventionaalinen tekeminen ja esittäminen. Tyttöjen kulttuurisia käytäntöjä ja tyttöyden merkityksiä tarkastellaan sellaisenaan, ei ainoastaan kehityspsykologisesta näkökulmasta. (Ojanen, 2011, s. 10–13.) Laadulliset tutkimusmenetelmät sekä vallan, toimijuuden, moninaisuuden ja yhteiskunnallisten muutosten teemat ovat tyypillisiä tyttötutkimuksessa (mts. 19–29). Tässä tutkimuksessa keskeisiä ovat erityisesti seksuaalisuuden ja itsearvostuksen sukupuolistuneet merkitykset. Itsearvostus määrittyy työssäni aineistolähtöisesti, joten sen käsitteellinen sisältö on osa tutkimuksen tuloksia.

Seksuaalisen väkivallan jälkeiseen psykologisen selviytymisen prosessiin liittyvät seksuaalisen väkivallan piirteet, sosiaalinen tuki, yksilön persoonallisuus ja selviytymiskeinot ja kulttuurinen konteksti (Neville & Hepner, 1999). Tässä tutkimuksessa kiinnostuksen kohteina ovat erityisesti sosiaalinen tuki ja sen suhde yksilöllisiin selviytymiskeinoihin. Samalla tulkitseen seksuaalisen väkivallan ja sosiaalisen tuen kokemuksille annettuja merkityksiä kulttuurisen kontekstin eli Tyttöjen Talon ja suomalaisen kulttuurin kautta. Tutkimukseni menetelmänä on tulkitseva fenomenologinen analyysi (luku 8). Seksuaalisen väkivallan kaltaisia inhimillisesti

merkityksellisiä, voimakkaita kokemuksia on mielekästä tarkastella kokemuksellisesta eli fenomenologisesta näkökulmasta, jonka avulla on mahdollista tavoittaa kokemusten ruumiillistuneita merkityksiä.

## 2 Seksuaalinen väkivalta

Seksuaalista väkivaltaa on määritelty rikosoikeudessa ja tutkimuksessa eri tavoin. Suomen rikoslaissa rangaistavia seksuaalirikoksia ovat raiskaus, törkeä raiskaus, pakottaminen seksuaaliseen tekoon, seksuaalinen hyväksikäyttö, seksuaalinen ahdistelu, lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö, törkeä lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö, seksikaupan kohteena olevan henkilön hyväksikäyttö, seksuaalipalvelujen ostaminen nuorelta, lapsen houkutteleva seksuaalisiin tarkoituksiin, sukupuolisiveellisyyttä loukkaavan lasta koskevan esityksen seuraaminen, paritus ja törkeä paritus. Raiskaus tarkoittaa sukupuoliyhteyden pakottamista väkivaltaa tai sen uhkaa käyttämällä. Sukupuoliyhteys tarkoittaa vuodesta 2014 alkaen ”sukupuolielimellä tehtävää taikka sukupuolielimeen tai peräaukkoon kohdistuvaa seksuaalista tunkeutumista toisen kehoon taikka toisen sukupuolielimen ottamista omaan kehoon” (10 §). (Rikoslaki, 2014.) Tätä ennen sukupuoliyhteys tarkoitti laissa sukupuolielimellä tapahtuvaa tai sukupuolielimeen kohdistuvaa seksuaalista tunkeutumista toisen kehoon (Utriainen, 2013, s. 165). Nykyinen määritelmä huomioi paremmin naisten miehiin kohdistaman seksuaalisen väkivallan ja vastuuttaa tekijää aiempaa enemmän: sukupuoliyhteys ei vain ”tapahdu”, vaan tekijä tekee tai ottaa.

Vuodesta 2011 lähtien sukupuoliyhteys on määritelty raiskaukseksi myös silloin, kun uhri ei pysty puolustautumaan tai ilmaisemaan tahtoaan avuttoman tilan – kuten sairauden, tiedottomuuden, vammaisuuden tai pelkotilan – takia (Utriainen, 2013, s. 164). Aiemmin raiskaus voitiin väkivallan vähäisyyden tai muiden lieventävien asianhaarojen perusteella tuomita pakottamisena sukupuoliyhteyden, mutta vuonna 2014 kyseinen pykälä kumottiin. Törkeä raiskaus taas on kokonaisuutena arvostellen törkeä ja siihen liittyy vaikean ruumiinvamman, sairauden tai hengenvaarallisen tilan aiheuttaminen, erityisen tuntuva kärsimystä, raakuutta, julmuutta tai nöyryytystä,

useita tekijöitä tai hengenvaarallinen ase. Vuodesta 2014 lähtien raiskaus katsotaan törkeäksi aina, kun uhri on alaikäinen. Seksuaaliseksi hyväksikäytöksi puolestaan nimitetään seksuaalista itsemääräämisoikeutta loukkaavia tekoja, joiden uhri on jollakin tapaa alisteisessa tai riippuvaisessa asemassa tekijään nähden. (Rikoslaki, 2014.)

Vaikka raiskaus on historiallisesti klassinen rikos kuten tappo tai varkaus, yhteiskunnalliset rakenne- ja arvomuutokset – erityisesti naisen aseman muuttuminen – ovat vaikuttaneet huomattavasti siihen, millaisena konfliktina sitä on eri aikoina tarkasteltu rikosoikeudessa (Kotanen, 2013, s. 59–81, 151–166; Niemi-Kiesiläinen, 2000, s. 139; Utriainen, 2013, s. 11). Historiassa seksuaalirikoslainsäädännöllä on pyritty suojaamaan sukujen välisiä omaisuusjärjestelyjä ja rajoittamaan avioliiton ulkopuolisia seksuaalisuhteita. Lait voivat sisältää aineksia useilta aikakausilta ja suojata erilaisia arvoja, mutta nykyään säännösten päätavoitteena on seksuaalisen itsemääräämisoikeuden suojeleminen. (Niemi-Kiesiläinen, 2000, s. 138–139.) Näin rikoslaki ja seksuaalimoraali pyritään erottamaan toisistaan (Kotanen, 2013, s. 153). Avioliiton sisällä tapahtuva raiskaus kriminalisoitiin Suomessa vuonna 1994, kun uhrin suhdetta tekijään ei enää pidetty lieventävänä olosuhteena tai seksuaalista itsemääräämisoikeutta vähentävänä tekijänä (Utriainen, 2013, s. 97–98). Peniksen työntäminen suuhun tai peräaukkoon on täyttänyt raiskauksen tunnusmerkistön vuodesta 1998 alkaen (Utriainen, 2013, s. 246). Nuorten kohdalla lainsäädännöllä pyritään paitsi itsemääräämisoikeuden turvaamiseen myös suojeluun, mikä tekee asetelmasta jännitteisen (Niemi-Kiesiläinen, 2000, s. 138). Raiskausrikosten käsittelystä rikosoikeudessa ovat Suomessa kirjoittaneet Honkatukia (2001) ja Kainulainen (2004), rangaistusten yhteneväisyydestä puolestaan Lappi-Seppälä ja Hinkkanen (2004). Sosiaalipsykologiassa ja muissa sosiaalitieteissä on viime vuosina kirjoitettu useita pro gradu -tutkielmia sukupuolistuneesta ja seksuaalisesta väkivallasta (mm. Aro, 2001; Hirvonen, 2006; Lampinen, 2007; Pereira, 2012; Rinkinen, 2012; Sallinen, 2008; Syrjälä, 2000; Venäläinen, 2011).

## 2.1 Nuorten naisten kokema seksuaalinen väkivalta Suomessa

Vuonna 2013 poliisille ilmoitettiin 3329 seksuaalirikosta, joista raiskauksia oli 997 ja lapsen seksuaalisia hyväksikäyttöjä 1673 (Suomen virallinen tilasto, 2013).

Seksuaalinen väkivalta on sukupuolittunutta. Lappi-Seppälän ja Niemen (2013, s. 98–103) mukaan vuonna 2012 poliisille ilmoitettujen raiskausten epäillyistä 99,5 % oli miehiä ja uhreista 98 % naisia. Kansallisten uhritutkimusten perusteella raiskaukset eivät näytä viime vuosina lisääntyneen, mutta niistä ilmoitetaan poliisille huomattavasti aiempaa useammin. Asian aiempaa selvempi tiedostaminen ongelmaksi saattaa nostaa ilmoitusherkkyyttä. Noin 80 % raiskauksista tapahtuu yksityisissä tiloissa ja viidennes yleisillä paikoilla. Noin kymmenesosa uhreista on alle 15-vuotiaita, runsas kolmannes 15–20-vuotiaita ja noin puolet tätä vanhempia. (Mts. 98–103.) Nuoret naiset näyttävät siis kokevan seksuaalista väkivaltaa muita useammin.

Suurinta osaa seksuaalirikoksista ei kuitenkaan ilmoiteta poliisille. Heiskasen ja Piispan (1998, s. 4) kyselytutkimuksen mukaan puolet suomalaisista naisista on kokenut seksuaalista ahdistelua tai häirintää 15 vuotta täytettyään ja viidesosa viimeisen vuoden aikana. Samassa tutkimuksessa 16 % naisista ilmoitti kokeneensa seksuaalista väkivaltaa tai seksuaalisesti uhkaavaa käyttäytymistä alle 15-vuotiaana. (Mts. 4.) Yhdeksäsluokkalaisista tytöistä 2–3 % on kyselytutkimuksissa ilmoittanut kokeneensa raiskauksen, sen yrityksen tai seksuaaliseen kanssakäymiseen pakottamisen (Ellonen & Sariola, 2008, s. 103–104; Honkatukia, 2000, s. 25), kuudesluokkalaisista 1 % (Ellonen & Sariola, 2008, s. 103–104). Parin viime vuosikymmenen aikana tässä ei näytä tapahtuneen muutosta, mutta yli kymmenen vuotta vanhemman henkilön kanssa koettu hyväksikäyttö on kuitenkin vähentynyt. Nuoret tytöt kokevat pakottamista ja väkivaltaa useammin lähisukulaisten, opettajien tai harrastusohjaajien kuin ystävien ja seurustelukumppanien taholta. (Mts. 101–104.)

Seksuaalinen ahdistelu ja häirintä ovat yleisempiä kokemuksia kuin raiskaukset. Honkatukian (2000, s. 25) tutkimuksessa 17 % yhdeksäsluokkalaisista tytöistä vastasi kokeneensa vastentahtoista lähentelyä tai koskettelua. Kuitenkin vain 58 % vastaajista ilmoitti, ettei ollut kokenut sukupuolista ahdistelua (mts. 25), joten myös sanallisen häirinnän kokemusten voi päätellä olevan tavallisia. Kouluterveyskyselyn (2013)



mukaan peruskoulun kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista tytöistä 20 % on kokenut joskus tai toistuvasti vastentahtoista intiimiä koskettelua, seksiin painostamista tai pakottamista tai maksun tarjoamista seksistä. Ensimmäisen ja toisen vuoden lukiolaistytöistä vastaava osuus on 23 % ja ammattikoulujen tytöistä 33 %. (Mt.)

## 2.2 Jatkumo häirinnästä väkivaltaan

Seksuaalisen väkivallan ja sukupuolen dynamiikka on läsnä paitsi tilastoissa myös kulttuurisissa merkityksissä. Honkatukian (2008, s. 86–87) mukaan seksuaalinen väkivalta on sukupuolistunut paitsi yhteiskunnallisena ilmiönä myös yksilöllisten kokemusten tasolla: naisen kokema raiskaus on erilainen kuin miehen (myös Laitinen, 2004, s. 178–188). Sukupuolen lisäksi ruumiillisiin kokemuksiin kietoutuvat kulttuuriset ja taloudelliset olosuhteet, etnisyys, seksuaalinen suuntautuminen sekä tilanne ja ihmissuhde, jossa seksuaalinen väkivalta tapahtuu (Honkatukia, 2008, s. 86–87). Väkivallan sukupuolistuneisuus ei liity pelkästään uhrin tai tekijän sukupuoleen vaan siihen, millaisia merkityksiä sukupuolten välinen valtasuhde tuottaa väkivallalle. Tämä valtasuhde ei kuitenkaan ole staattinen eikä totaalinen. (Ronkainen, 2001.) Tässä tutkimuksessa lähtökohtanani on sukupuolten valtasuhdetta yleisluontoisempi käsitys siitä, että sukupuoli antaa kokemuksille merkityksiä.

Seksuaalisesta väkivallasta ja häirinnästä on perinteisesti kirjoitettu feministisestä näkökulmasta (esim. Brownmiller, 1975; Thomas & Kitzinger, 1997). Radikaalifeministisessä teoretisoinnissa raiskausta on pidetty normatiivisen sukupuolistuneen valtdynamiikan äärimmäisenä ilmenemismuotona. Seksiin pakottamisen ja normaalina pidetyn heteroseksuaalisen kanssakäymisen välistä rajaa voidaan tällöin tarkastella häilyvänä, jolloin edellistä ole mielekäästä tutkia tarkastelematta samalla jälkimmäistä kriittisesti. Tässä lähestymistavassa miehen seksuaalisuus näyttäytyy aggressiivisena, naisen haavoittuvana ja alistuvana. (Gavey, 1996, s. 51–52.) Suomessa seksuaalista väkivaltaa on usein käsitelty myös naisiin kohdistuvan väkivallan yhteydessä (esim. Heiskanen & Piispa, 1998; Lehtonen & Perttu, 1999; Piispa, Heiskanen, Kääriäinen & Sirén, 2006). Omissa tulkinnoissani huomioin sen, että normatiiviset käsitykset sukupuolesta ja seksuaalisuudesta

vaikuttavat siihen, millaisia merkityksiä yksilölliset seksuaalisen väkivallan kokemukset saavat. Välttämättä kuitenkin tekemästä etukäteen oletuksia siitä, millaisia nämä sukupuoleen ja seksuaalisuuteen liittyvät käsitykset ovat yksilötasolla. Yksilö ei tulkitse kokemuksiaan kulttuurisessa tyhjiössä, mutta kulttuuri tarjoaa useita erilaisia diskursseja ja narratiiveja, joista yksilö voi saada, valikoida ja muokata kokemuksilleen merkityksiä.

Seksuaalista väkivaltaa voidaan tarkastella jatkumona lievemmästä sukupuolisesta häirinnästä ja ahdistelusta vakavampaan kiristämiseen, uhkailuun ja fyysiseen pakottamiseen (Kelly, 1988; Näre & Ruuhilahti, 2012, s. 12). Sukupuolisella häirinnällä tarkoitetaan yksipuolista, ei-toivottua sukupuoleen perustuvaa huomiota, joka saa kohteensa noloistumaan, pelkäämään, loukkaantumaan tai vihastumaan (Aaltonen, 2006, s. 33). Vallankäyttö, syyllisyys ja häpeä ovat keskeisiä sekä seksuaalisessa väkivallassa että häirinnässä (Piispa & Honkatukia, 2008, s. 106). Kvalitatiivisessa tutkimuksessa seksuaalisen väkivallan määrittely ei kuitenkaan useinkaan ole eksplisiittistä tai tarkkarajaista. Seksuaalinen väkivalta voidaan määritellä melko yleisellä tasolla esimerkiksi tahdonvastaiseksi seksuaaliseksi kokemukseksi, johon on liittynyt voimankäyttöä (Bletzer & Koss, 2006). Raiskaus-termin käyttöä saatetaan tietoisesti välttää (mt.), jotta epätyypillisinä pidetyt raiskauskokemukset eivät jäisi pimentoon. Vaikka tekijä on useimmiten uhrille tuttu eikä käytä suoraa väkivaltaa, väkivaltainen ja vieras raiskaaja on osa yleistä mielikuvaa tyypillisestä raiskauksesta (Lehtonen & Perttu, 1999, s. 41; Littleton, Tabernik, Canales & Backstrom, 2009). Seksuaalisen häirinnän, väkivallan, hyväksikäytön tai raiskauksen määrittely voi olla myös tutkimuskysymyksenä (Aaltonen, 2006; Ramos-Lira, Koss & Russo, 1999).

Käsitys seksuaalisesta väkivallasta jatkumona näkyy selvemmin kvantitatiivisessa tutkimuksessa. Kansainvälisissä tutkimuksissa on laajalti käytetty jo 1980-luvulla yliopisto-opiskelijaotoksella muodostettua seksuaalisten kokemusten kyselyä (*Sexual Experiences Survey*; Koss & Gidycz, 1985; Koss & Oros, 1982), joka tarkastelee seksuaalista väkivaltaa jatkuvana muuttujana. Sukupuoliyhdyntämisen saavuttamiseksi käytetyn aggressiivisuuden muodot asetetaan jatkumoksi lievemmästä verbaalisesta pakottamisesta ja väkivallalla uhkaamisesta vakavampaan fyysiseen voimankäyttöön. Dimensionaalisella tarkastelulla pyritään tavoittamaan niitä uhreja, jotka eivät nimeä

kokemuksiaan raiskauksiksi (ks. esim. Peterson & Muehlenhard, 2004) tai raportoi tapahtuneesta poliisille (Koss & Gidycz, 1985; Koss & Oros, 1982). Tutkimuksissa kyselyn vastaajat saatetaan myös luokitella pakottamisen tapojen ja seksuaalisen kontaktin perusteella (Koss & Kidycz, 1985; Testa, Van Zile-Tamsen, Livingston & Koss, 2004). Tapana on ollut muokata mittarin väittämiä, vain harvoin sitä on käytetty alkuperäisessä muodossaan (Testa ym., 2004).

Tyttöjen Talon mukaan seksuaalinen väkivalta voi olla koskettelua, raiskaus, nimittelyä, häirintää, houkuttelua, tavaralla tai rahalla lahjomista, painostamista tai väkivaltaista pakottamista. Mukaan lukeutuu altistaminen seksuaaliseen toimintaan, joka ei ole ikätason mukaista. Netissä seksuaalinen väkivalta voi olla seksuaalissävytteisiä viestejä tai web-kameralla välitettyä kuvaa. (Opas seksuaalista väkivaltaa kokeneiden nuorten vanhemmille.) Tässä tutkimuksessa käsitän seksuaalisen väkivallan jatkumona, vaikka tarkasteluni keskiössä ovatkin vakavampina pidetyt seksuaalisen väkivallan muodot, kuten raiskaukset ja lasten seksuaalinen hyväksikäyttö. Samalla korostan, että kvantitatiivisen tutkimusperinteen määrittelyistä poiketen en tarkastele seksuaalisen väkivallan vakavuutta ja vahingollisuutta tekojen luonteen vaan uhrien kokemusten kautta. Sama teko voi saada erilaisia merkityksiä eri konteksteissa (Ronkainen, 2008, s. 77), vaikka lievemmiä katsottujen tekojen uhrit yleisesti ottaen oireilevatkin vähemmän kuin vakavina pidettyjen (esim. Dickinson, deGruy, Dickinson & Candib, 1999).

### **2.3 Uhri ja selviytyjä**

Tulisiko seksuaalista väkivaltaa kohdannutta kutsua uhriksi vai selviytyjäksi? Uhri-nimitys jättää näkymättömiksi seksuaalista väkivaltaa kohdanneiden aktiiviset ja myönteiset tavat käsitellä tapahtumia (Kelly, 1988, s. 163). Esimerkiksi eräs Hurtigin (2013, s. 171) suomalaisista haastateltavista koki uhri-määritelmän tulevan ulkopuolelta, kun taas kokemus seksuaalisen väkivallan hallittavuudesta oli osa hänen selviytymisstrategiaansa. Uhriudesta kirjoittamista saatetaan myös pitää vanhanaikaisena uhrifeminismin ja stabiileihin valtasuhteisiin jämähtämisenä (Husso, 1997, s. 87–88). Raiskauksista kirjoittaessa voi olla vaikeaa välttää vahvistamista

käsitystä naisista passiivisina väkivallan kohteina, mutta yksi keino on kuvata yhtä lailla naisten voimakkuutta ja aktiivista vastustusta (Gavey, 1993, s. 57). Kansainvälisessä tutkimuksessa onkin usein suosittu selviytyjä-nimitystä (Honkatukia, 2008, s. 96).

Suomalaisessa tutkimuksessa kuitenkin puhutaan yleensä uhreista. Honkatukian (2008, s. 96) ja Ronkaisen (2001) mukaan naiset on perinteisesti nähty Suomessa niin vahvoina ja neuvokkaina, ettei naisten uhriutta välttämättä edes tunnisteta. Myös Laitinen (2004, s. 89) pohtii, kuinka selviytymistä ja vahvuutta arvostetaan kulttuurissamme niin paljon, että heikkoudesta vaietaan: uhritkaan eivät tahdo kuulua uhrien kategoriaan. Laitista (2004, s. 90) mukaillen katson, että seksuaalista väkivaltaa kokeneiden naisten nimittäminen yksinomaan selviytyjiksi saattaisi liiaksi painottaa vastuuta selviytyä kokemuksista omin avuin ja pahimmillaan vähätellä seksuaalisen väkivallan haavoittavuutta.

Seksuaalisesta väkivallasta on vaikea kirjoittaa siten, ettei vähättele seksuaalisen väkivallan vahingoittavuutta eikä sitä kohdanneiden voimavaroja. Samalla tapaa seksuaalista väkivaltaa kokeneen voi olla vaikea antaa kokemuksilleen merkityksiä, jotka tunnustaisivat sekä kokemusten vakavuuden että omat vahvuudet (ks. Ronkainen, 2008). Uhriuden ja selviytymisen vastakkainasettelu saattaa liiaksi yksinkertaistaa kokemuksia ja ilmiötä yleensä. Uhrin ja selviytyjän dikotomia antaa seksuaalista väkivaltaa kohdanneelle karkean yksiulotteisen merkityskehikon, jolla tehdä kokemustaan ymmärrettäväksi. En pidä uhrin ja selviytyjän käsitteitä toisensa poissulkevinä vaan toisiaan täydentävinä, joten käytän molempia käsitteitä näkökulmasta riippuen. Seksuaalisen väkivallan vahingollisia seurauksia tarkastellessani käsitän seksuaalista väkivaltaa kokeneen uhriksi, mutta kokemusta seuraavien aktiivisten toipumistapojen yhteydessä selviytyjäksi. Koska uhriksi nimeäminen voidaan nähdä leimaavana ja selviytyjäksi nimeäminen uhria vastuuttavana (Laitinen, 2004, s. 89–90), käytän myös sanoja lapsi, nuori tai nainen, kun on ymmärrettävyyden kannalta mahdollista.

### 3 Kuinka seksuaalinen väkivalta vahingoittaa

Tyypillisiä raiskausta seuraavia mielenterveyden ongelmia ovat ahdistus ja erilaiset pelot, masennus, traumaperäinen stressihäiriö ja seksuaaliset toimintahäiriöt, erityisesti seksin pelkääminen, haluttomuus ja kiihottumisvaikeudet (Neville & Heppner, 1999). Suomalaiset seksuaalista väkivaltaa kohdanneet nuoret kokevat terveydentilansa muita useammin keskinkertaiseksi tai huonoksi. Yleistyneitä oireita ovat unettomuus, voimattomuus ja väsymys, muistin ja keskittymiskyvyn heikkeneminen, vatsavaivat, jäsenten puutuminen, pahoinvointi, oksentelu ja sydämentykytykset. Erityisen voimakkaasti oireilevat toistuvasti uhriksi joutuneet, jotka myös käyttävät muita nuoria enemmän mieliala- ja unilääkkeitä sekä rauhoittavia. Myös alkoholinkäyttö on yleisempää seksuaalista väkivaltaa kokeneilla kuin muilla naisilla. (Piispa & Honkatukia, 2008, s. 108–111.) Italialaisessa haastattelututkimuksessa suurin osa nuorista uhreista kertoi useista kielteisistä seurauksista, kuten häpeästä ja syyllisyydestä, seksuaalisista ongelmista, masennuksesta sekä vaikeuksista ystävyys- ja parisuhteissa, koulussa ja työssä. Osa kertoi myös itsemurha-ajatuksista tai -yrityksistä. (Crisma, Bascelli, Paci & Romito, 2004). Yksilöllisiä elämäntarinoita seksuaalisesta väkivallasta on kirjoitettu muun muassa Hurtigin ja Leppäsen (2012) sekä Kaukosen ym. (2003) toimittamissa teoksissa.

#### 3.1 Traumaviitekehys ja sen rajoitukset

Seksuaalisen väkivallan kokemuksia on tyypillisesti tarkasteltu ja uhreja onnistuneesti autettu traumaviitekehysten kautta (Wasco, 2003). Esimerkiksi Raiskauskriisikeskus Tukinassa työskennellyt Raijas (2003, s. 33) pitää traumaviitekehystä mielekkäimpänä näkökulmana seksuaalisesta väkivallasta toipumiseen. Amerikan psykiatriyhdistyksen (American Psychiatric Association, 2013, s. 276) mukaan traumaperäisen stressihäiriön (*post-traumatic stress disorder, PTSD*) diagnostiset kriteerit täyttyvät noin joka toisella tai kolmannelle raiskauksen kokeneelle. Häiriön voi aiheuttaa seksuaalisen väkivallan lisäksi kuoleman uhka tai vakava vammautuminen. Oireita ovat trauman uudelleen eläminen, välttely, kognitioiden ja mielialan muutokset

ja vireystilan kiihtyminen. Myös dissosiatiiiviset oireet ovat mahdollisia. (Mts. 271–272.)

Trauman uudelleen kokeminen tarkoittaa traumaattiseen tapahtumaan liittyviä toistuvia, tahattomia, tungettelevia muistoja, unia ja takauomia (flashback). Tapahtuneesta muistuttavat sisäiset ja ulkoiset vihjeet voivat aiheuttaa voimakasta tai pitkittynyttä ahdistusta ja fyysisiä reaktioita. Välttely tarkoittaa näiden vihjeiden, kuten tunteiden, muistojen, ajatusten, ihmisten, paikkojen ja tilanteiden jatkuvaa välttelyä. Kognitioiden muutokset voivat olla vaikeuksia muistaa tapahtunutta ja liioiteltuja, sitkeitä kielteisiä uskomuksia itsestä, muista ja maailmasta sekä tapahtuneen syistä ja seurauksista. Mielialan laskuun voi liittyä eristyneisyyden kokemuksia ja kyvyttömyyttä kokea myönteisiä tunteita. Vireystilan muutokset voivat näkyä ärtymyksenä ja vihanpurkauksina, levottomana ja itsetuhoisena käyttäytymisenä, hyperaktiivisuutena, korostuneena säikähdysrefleksinä, keskittymisvaikeuksina ja unihäiriöinä. Dissosiatiiiviset oireet puolestaan voivat liittyä itseen tai ympäristöön. Oma mieli, ruumis ja ympäristö voivat tuntua epätodellisilta ja toisistaan irrallisilta, unenomaisilta, vääristyneiltä. Traumaperäisen stressihäiriön diagnoosi voidaan tehdä, kun oireet ovat kestäneet yli kuukauden ja ne aiheuttavat kliinisesti merkittävää ahdinkoa tai haittaa sosiaalisella, ammatillisella tai muilla tärkeillä elämänalueilla eikä niitä voida selittää psykoaktiivisten aineiden fysiologisilla vaikutuksilla tai muulla sairaudella. Traumaattiseen tapahtumaan liittyvät emotionaaliset reaktiot, kuten kauhu, pelko ja avuttomuus, on poistettu uusimmasta häiriöluokituksesta. (American Psychiatric Association, 2013, s. 271–274.)

Eri oireet ovat hallitsevia eri yksilöillä. Ihmisten välisen, intentionaalisen toiminnan, kuten seksuaalisen väkivallan tai kidutuksen, aiheuttama häiriö saattaa olla erityisen vakava ja pitkäkestoinen. Oireilu on yleisempää ja pitkäkestoisempaa naisilla kuin miehillä ainakin osittain siksi, että heillä on suurempi riski kohdata seksuaalista väkivaltaa. Oireet voivat viivästyä useilla vuosilla mutta alkavat useimmiten kolmen kuukauden kuluessa traumaattisesta tapahtumasta. Aikuisista noin puolet toipuu kolmen kuukauden kuluessa, mutta oireilu voi jatkua vuosia tai vuosikymmeniä. Traumasta muistuttava tapahtuma, jatkuvat stressitekijät ja uudet traumaattiset tapahtumat voivat saada oireet uusiutumaan tai pahenemaan. Traumaattista tapahtumaa edeltävä ja sitä

seuraava sosiaalinen tuki on häiriöltä suojaava tekijä. (American Psychiatric Association, 2013, s. 274–278.)

Traumanäkökulmaa on kuitenkin kritisoitu siitä, että se jättää huomiotta kulttuurisen kontekstin ja seksuaalisten traumojen erityispiirteet (Moor, Ben-Meir, Golan-Shapira & Farchi, 2013; Wasco, 2003). Ronkaisen (2008, s. 49) mukaan traumanäkökulma ei yleistasoisuutensa vuoksi tavoita raiskaustrauman tyypillisiä keskeisiä elementtejä, kuten tunnesidettä tekijään, seksuaalisuuden kulttuurisia merkityksiä ja häpeää. Seksuaalisen väkivallan voima ei liity vain tekoihin ja tapahtumiin, vaan siihen, kuinka se antaa merkityksiä ruumiille, minuudelle, seksuaalisuudelle ja ihmisten välisyydelle (mts. 65–66); siihen, kuinka se haavoittaa uhrin herkimpiä ja intiimeimpiä alueita (Honkatukia, 2008, s. 88). Moor ym. (2013) tarkastelivat raiskausta keskittyen epäinhimillistämisen ja nöyryytyksen kokemuksiin. Epäinhimillistämisen ja nöyryytyksen kokemus, tilanteessa jähmettyminen ja itsesyytökset olivat tyypillisiä raiskauksen tai seksuaalisen häirinnän uhreille mutteivät esimerkiksi terrorismin tai auto-onnettomuuden uhreille. Tutkijat tulkitsivat, että raiskauksen kaltainen epäinhimillinen kohtelu ja toimijuuden kieltäminen murskaavat uhrin minäkokemuksen ja suojautumiskyvyn. Pelon ja avuttomuuden kokemukset puolestaan yhdistivät kaikkia tarkasteltuja traumaattisia kokemuksia. (Mt.) Honkatukian (2008, s. 88) mukaan raikaus ei kuitenkaan vääjäämättä määrää uhrin myöhempää kehitystä tietynlaiseksi.

Wascon (2003) mukaan pelkästään traumaattisen tapahtuman kulkua tarkastelemalla ei siis täysin kyetä ymmärtämään seksuaalisen väkivallan kokemuksia eikä ennustamaan niiden jälkeistä osin kroonista ja hienovaraista oirehdintaa. Raiskausta edeltävä kokemus omasta arvokkuudesta, yksilölliset selviytymiskeinot ja sosiaalisen ympäristön reaktiot mutkistavat ilmiötä. Selviytyjäkeskeisen näkökulman mukaan tutkimuksessa ei myöskään pitäisi yksipuolisesti keskittyä seksuaalisen väkivallan tyypillisiin traumatisoiviin vaikutuksiin vaan myös kokemusten yksilöllisyyteen ja naisten kykyihin selvitä niistä. (Mt.)

Yksilöllisiä eroja esiin nostaakseen Regehr ym. (1999) valikoivat haastattelututkimuksensa osallistujiksi seksuaalista väkivaltaa kokeneita naisia, joilla oli joko erityisen paljon tai erityisen vähän traumaperäisen stressihäiriön oireita. Vähän

oireilevat naiset kokivat itsensä voimakkaiksi ja arvokkaiksi ja heillä oli paremmat kognitiiviset selviytymiskeinot. He kertoivat luottamuksesta muihin ja myönteisistä perhesuhteista. He hyötyivät kriisiorientoituneesta tuesta, joka auttoi heitä ymmärtämään ja jäsentämään tuntemuksiaan. Ajan myötä nämä naiset hahmottivat raiskauksen yksittäisenä tapahtumana, joka ei vienyt heidän luottamustaan toisiin ihmisiin. Sen sijaan voimakkaasti oireilevat naiset tarvitsivat pidempää terapiaa. Kielteinen käsitys itsestä esti toimivien selviytymiskeinojen käyttöä, ja heidän oli myös vaikeampi luottaa toisiin ja vastaanottaa sosiaalista tukea. He kertoivat vahingollisista lapsuusmuistoista ja pettymyksestä saamaansa hoitoon. (Regehr, Marziali & Jansen, 1999.)

Edellisessä tutkimuksessa syyt, seuraukset ja käsitteelliset sisällöt menevät sekaisin: suojaako itsearvostus raiskauksen haavoittavuudelta vai kertooko itsearvostus onnistuneesta selviytymisprosessista? Myös retrospektiivisiin arvioihin lapsuuden kiintymyssuhteista tulisi suhtautua varauksella: nähdäkseni ne olisi hedelmällisempää hahmottaa osana haastateltavien senhetkistä identiteettiä kuin objektiivisina lapsuuskuvauksina. Itsearvostusta ja sosiaalista luottamusta loukanneet viimeaikaiset kokemukset saattavat värittää myös varhaisempia itseen ja toisiin liittyviä muistoja kielteisemmiksi. Tutkimus antaa kuitenkin viitteitä siitä, että seksuaalista väkivaltaa edeltävillä ihmissuhteilla ja itsearvostuksella voi olla merkitystä siinä, millaisia yksilöllisiä merkityksiä seksuaalisen väkivallan kokemukset saavat ja millainen tuki kunkin kohdalla on tarpeen.

Pidän traumaviitekehystä hedelmällisenä lähestymistapana seksuaalisen väkivallan haavoittavuuteen. Kuitenkin aiheen kuin aiheen yksipuolinen tarkastelu tyypistää ilmiöstä muodostuvaa kuvaa, jolloin jotakin olennaista voi jäädä huomioimatta. Regehr ym. (1999) nostavat esiin, kuinka naiseen saatetaan suhtautua epäilevästi, mikäli hän ei näytä traumatisoituvan raiskauksesta odotetulla tavalla. Odotettua pidempään oireilevat naiset puolestaan saatetaan patologisoida. (Mt.) Traumaviitekehys ohjaa myös Tyttöjen Talon tukitoimintaa, mutta samalla julkilausuttuna toimintaperiaatteena on jokaisen nuoren yksilöllinen kohtaaminen (Hannila, 2013). Keskityn seuraavaksi seksuaalisille traumoille erityisiin piirteisiin eli likaisuuden, häpeän ja syyllisyyden tunteiden ja kulttuuristen merkitysten vyyhtiin.



### 3.2 Likaisuus, häpeä ja syyllisyys

Seksuaalinen väkivalta kietoutuu tiukasti sekä yksilöllisiin tunnekokemuksiin että ihmisten välisiin suhteisiin ja kulttuuriin merkityksiin. Seksuaalikasvatus ja -kulttuuri piirtävät rajoja hyväksyttävälle ja sopimattomalle toiminnalle ja ohjaavat seksuaalisen väkivallan havaitsemista, siitä puhumista ja siihen puuttumista, joten esimerkiksi eri sukupolvien kokemukset ovat erilaisia (Laitinen, 2004, s. 188–193, 215–217). Koska itsearvostus, häpeä ja syyllisyys liittyvät niin tiukasti sosiaaliseen ja kulttuuriseen, käsittelen niitä tässä rinnan. Tangneyn ym. (1996) tutkimuksen mukaan häpeä ja syyllisyys ovat eri tunteita, vaikka niillä onkin keskenään paljon yhteistä. Ne ovat voimakkaan kielteisiä ja kumpuavat henkilökohtaisesti merkityksellisistä epäonnistumisista ja kielteisistä itsearvioinneista. Syyllisyyttä ja häpeää herättävät tilanteet voivat olla samankaltaisia, mutta kokemuksina tunteet ovat erilaiset ja ne motivoivat erilaista toimintaa. Syyllisyyttä voimakkaampaan ja vastenmielisempään häpeään liittyy eristyneisyyden ja huonommuuden kokemus sekä halu piiloutua. Häpeä koskee koko kokemusta itsestä, syyllisyys omaa käyttäytymistä. (Tangney, Miller, Flicker & Barlow, 1996; ks. myös Van Vliet, 2009.)

Ronkaisen (2001) mukaan naiset tyypillisesti etsivät väkivallalle selityksiä itsestään, jolloin väkivalta tuntuu tahraavan kokijansa. Naiset ja tytöt nähdään haavoittuvina, joten heitä kehoitetaan varomaan vaaratilanteita, ja ”epäonnistuessaan” tässä uhri syyttää itseään ja häpeää (Honkatukia, 2008, s. 89–90). Vaikka uhri tuntisi raiskauksen aikana vihaa raiskaajaa kohtaan, hän saattaa myöhemmin vihatakin itseään (Bletzer & Koss, 2006; Laitinen, 2004, s. 224). Häpeävä uhri syyttää itseään hyväksikäyttöön alistumisesta ja kokee ansaitsevansa kokemansa (Laitinen, 2004, s. 121). Likaisuuden ja häpeän kokemukset nousevat johdonmukaisesti esiin laadullisissa tutkimuksissa (Bletzer & Koss, 2006; Crisma ym., 2004; Honkatukia, 2008, s. 88; Laitinen, 2004; Ronkainen, 2008, s. 52–56). Häpeään ja salailuun liittyy usein kokemus yksinäisyydestä, ulkopuolisuudesta ja erilaisuudesta (Laitinen, 2004, s. 120; Ronkainen, 2008, s. 54–55).

Bletzer ja Koss (2006) tutkivat seksuaalisesta väkivallasta selviytymistä narratiivisella lähestymistavalla. Tutkimukseen osallistui alkuperäisamerikkalaisia,

angloamerikkalaisia ja meksikolaisamerikkalaisia pienituloisia aikuisia naisia. Kaikkien ryhmien naiset tunsivat raiskauksen jälkeen häpeää, vihaa ja pelkoa ja kokivat itsensä liatuiksi ja nöyryytetyiksi. Monet kertoivat tunteneensa avuttomuutta, hämmennystä ja pahoinvointia ja kokeneensa epäluottamusta miehiin sekä vaikeuksia ihmissuhteissa ja seksielämässä. (Mt.) Honkatukia (2008, s. 84) puolestaan keräsi lehti-ilmoituksella kirjoituksia 20–60-vuotiailta naisilta, jotka olivat nuoruudessaan kokeneet seksuaalista väkivaltaa. Myös nämä suomalaiset naiset kertoivat tunteneensa itsensä likaisiksi ja arvottomiksi (mts. 88). Niin ikään pelokkuus, säikkyys, sulkeutuneisuus, syrjään vetäytyminen, viha, itsesyytökset, liiallinen kiltteys ja alistuvuus, vaikeudet suhteissa miehiin ja vaikeus nauttia seksistä olivat tavallisia. Moni koki minuutensa muuttuneen syvästi. (Mts. 93–94.)

Laitinen (2004, s. 61–81) analysoi vaikuttavan määrän syvähaastatteluaineistoa ja täydentävää kirjallista ja havainnointiaineistoa lapsuudessaan läheissuhteissa seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten ja miesten kokemuksista. Hänen mukaansa seksuaalisesti hyväksikäytetyn lapsen häpeä on ruumiillista, kun lapsella ei ole vielä kykyä ymmärtää kokemustaan kielellisesti. Ruumiillinen häpeä on kokonaisvaltaista ja tuskallista avuttomuutta ja kokemusta omasta arvottomuudesta ja likaisuudesta. Kun lapsi ymmärtää kokemansa tiedollisesti, myös häpeä muuttuu tiedolliseksi ja sitä voimistavat paljastumisen ja hylätyksi tuleminen pelot. (Mts. 117–120.) Kielteiset tunteet voivat kietoutua myös myönteisiin tunteisiin, kuten ylpeyteen ja kiihottumiseen. Kun seksuaalisuus, tunteiden ristiriitaisuus ja hämmennys, pelko ja suoranainen kauhu, inho, kipu, häpeä, syyllisyys ja avuttomuus sekoittuvat toisiinsa, uhri voi alkaa pelätä omaa seksuaalisuuttaan. (Mts. 126–132.) Jotkut pyrkivät häivyttämään naiseuttaan pukeutumalla ja käyttäytymällä ”neutraalisti” tai maskuliinisesti (Honkatukia, 2008, s. 93).

Häpeän ja likaisuuden kokemukset voivat liittyä seksuaalisuuden ja naisruumiin kulttuurisiin merkityksiin (Honkatukia, 2008, s. 88–89). Seksuaalisesti hyväksikäytetyn tytön häpeä kiinnittyy hänen naiselliseen, alastomaan, seksuaaliseen ruumiiseensa, niin että sitä ja sen osia voi olla vaikea tunnistaa omiksi (Laitinen, 2004, s. 223). Tämä ruumiillistunut, jatkuvasti läsnä oleva kokemus voi vaikuttaa kaikilla elämänalueilla (mts. 228). Laitisen (2004, s. 243–251) mukaan joidenkin seksuaalista väkivaltaa

kokeneiden voi olla vaikeaa sopeutua heteroseksuaalisuuteen perustuvaan sukupuolijärjestelmään. Ronkainen (2008, s. 56) pohtii, kuinka uhri voi kokea joutuneensa ”raiskattavien” sukupuoleen, mikä on häpeällistä sukupuoletonta yksilöyttä arvostavassa kulttuurissa. Tarjolla on vähän kulttuurisia narratiiveja, joiden avulla seksuaalisen väkivallan kokemusta olisi mahdollista jäsentää tavalla, joka tuntuu todelta ja joka säilyttää minuuden arvokkuuden (mts. 62).

Jotkut seksuaalista väkivaltaa kohdanneet sulkevat itsensä romanttisen rakkauden ulkopuolelle, koska kokevat menettäneensä seksuaalisen maineensa ja itsemääräämisoikeutensa ja uskovat miesten kiinnostuvan heistä vain seksin takia (Honkatukia, 2008, s. 92–93; ks. myös Saarikoski, 2012). Honkatukian (2008, s. 92) tutkimuksen osallistujat kertoivat kokemuksen johtaneen lukuisiin seksisuhteisiin ja uusiin uhrikokemuksiin. Ronkainen (2008, s. 65–66) selittää hyväksikäyttökokemusten uusiutumista seuraavasti:

Seksuaalinen väkivalta ryöstää läheisyyteen ja välittämiseen liittyvien kosketusten ja eleiden sekä ihmisten välisyyden merkityksiä. Siksi tilanteista, jotka ovat jollain tavoin intiimejä tai mahdollisesti intiimejä, tulee helposti uudelleen traumatisoivia. Niiden merkityksiä ”lukee” muuntuneen koodiston kautta, ne muistuttavat hyväksikäytöstä. Henkilön voi myös olla vaikea tunnistaa omia tunteitaan ja siten asettaa rajoja, mikä altistaa uudelle hyväksikäytölle. (Ronkainen, 2008, s. 65–66.)

Myös Laitisen (2004, s. 227) mukaan tietyt tilanteet, äänet, hajut, maut tai ihmiset voivat automaattisesti laukaista uudelleen hyväksikäyttötilanteissa koettuja tuntemuksia. Seksuaalinen hyväksikäyttö muovaa lapsen kokemusta ruumiistaan ja siitä, millaiset lähestymisen ja koskettamisen tavat ovat hyväksytyjä. Vaikka hyväksikäytöstä tulee tuttu osa elämää, siihen liittyvä hämmennys ja pelokkuus eivät katoa. (Mts. 121–122.) Laadullisten tutkimusten valossa seksuaalinen väkivalta näyttää muuntavan ihmisten välisyyden merkityksiä erityisesti silloin, kun uhri on lapsi ja hänen perustavat kokemuksensa itsestään ja ihmisten välisyydestä ovat vasta muotoutumassa. Lasten seksuaalista hyväksikäyttöä uskonnollisessa yhteisössä tutkinut Hurtig (2013, s. 166) kirjoittaa, että lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö muuttaa lapsen kokemusta arjesta, kehosta ja läheisyydestä, kun seksuaalinen kiihottuminen tuo tutusta ja läheisestä

aikuisesta esiin vieraan, pelottavan puolen. Ihmisten välisyyteen liittyy myös luottamus, joka kolhiintuu, kun sitä käytetään hyväksi (Bletzer & Koss, 2006; Hurtig, 2013, s. 165). Näreen (2000, s. 89) mukaan seksuaalinen väkivalta loukkaa sosiaalista luottamusta sitä syvemmin, mitä läheisempi tekijä on uhrille.

Seksuaalisesta väkivallasta selviytymiseen on monia tapoja. Jotkut turruttavat tunteensa selvitäkseen elämässään eteenpäin (Laitinen, 2004, s. 218). Honkatukian (2008, s. 94–102) tutkittavat kuvaavat selviytymistä asenteena, prosessina ja suhteena toisiin ihmisiin. Selviytyjäasenteeseen liittyy päättäväisyyttä, heikon uhrin leiman vastustusta ja oman voimakkuuden korostamista (mts. 95–96). Selviytymisen hahmottaminen prosessina tarkoittaa seksuaalisen väkivallan kokemuksen sopeuttamista osaksi omaa henkilöhistoriaa (mts. 97). Tämä prosessi tapahtuu kuitenkin suhteissa muihin ihmisiin (mts. 99). Siirryn nyt käsittelemään sosiaalisten suhteiden merkitystä selviytymisen kannalta.

## 4 Sosiaalinen tuki

Thoitsin (2011) mukaan sosiaalisella tuella tarkoitetaan läheisten tai muuten merkityksellisten ihmisten toimintaa yksilöä kohtaan. Toiminta voi olla emotionaalista, tiedollista tai välineellistä. Emotionaalisella tuella tarkoitetaan rakkauden, välittämisen ja arvostuksen osoittamista, rohkaisemista ja sympatiaa. (Mt.) Tiedollista tukea ovat tarpeellisen tiedon ja neuvojen antaminen sekä tukeminen tilanteiden tulkitsemisessa ja käsittelyssä, esimerkiksi tarjoamalla vaihtoehtoisia selviytymiskeinoja tai suuntaamalla tarkkaavaisuutta myönteisiin asioihin (Cohen & McKay, 1984, s. 256–259; ks. myös Lazarus, 1966). Välineellisellä tuella puolestaan tarkoitetaan materiaalista tai toiminnallista avustamista käytännöllisissä ongelmissa (Thoits, 2011). Thoitsin (2011) koonnin mukaan sosiaalisen tuen vaikutuksesta fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen ja pitkään elinikään on huomattavasti tieteellistä näyttöä kolmen vuosikymmenen ajalta.

Sosiaalisen tuen käsitteen muoto korostaa sosiaalisten suhteiden myönteisiä puolia, mutta myös niiden mahdolliset vahingolliset vaikutukset on huomioitava (Thoits, 2011).

Sosiaaliset suhteet voivat sekä edistää että estää seksuaalisesta väkivallasta selviytymistä (Honkatukia, 2008, s. 101). Laitisen (2012, s. 167) mukaan seksuaalisessa hyväksikäytössä pahinta on näkymättömyys, uhrin kokemus siitä, ettei hänen kertomuksellaan ole lupaa olla totta muille. Yksinäisyyden ja ymmärtämättä jäämisen pelko sekä erilaisuuden kokemus ovat kertomuksissa läsnä (mts. 166; Crisma ym., 2004). Hurtigin (2012, s. 127–128) mukaan yhteisö voi kokea seksuaalisen väkivallan kokemuksista puhuvan uhkana, jolloin hänet saatetaan leimata ja eristää. Uhri voi kokea tämän yhteisöllisenä ja rakenteellisenä väkivaltana, yhtä julmana kuin itse seksuaalisen väkivallan. (Mts. 127–128.) Puoliaan pitävä ja kokemuksensa julkituova tyttö tai nainen voidaan leimata ”huoraksi” tai häntä voidaan syyttää lähipiirin ihmissuhteiden rikkomisesta (Laitinen, 2004, s. 178–183).

Hurtigin (2013, s. 198) haastateltavien mukaan yhteisön ja perheen ymmärryksen ja myötätunnon puute on yksi voimakkaimmin heitä satuttanut asia. Crisman ym. (2004) haastateltavien mukaan läheiset useimmiten tukivat ja saattoivat myös onnistua auttamaan seksuaalisen väkivallan lopettamisessa. Nuoret kertoivat tarvinneensa ystävällistä kuuntelijaa, joka ei tuomitse ja jolle voi puhua tunteistaan avoimesti. Lisäksi he toivoivat suojelua, oikeutta, kosta ja ammattilaisen neuvoja psykologiin ja seksuaalisiin ongelmiin. Kuitenkin joissakin tapauksissa sukulaiset eivät uskoneet, syyttivät, pakottivat salailuun, rankaisivat uhria tai vähättelivät kokemusta. Viralliset tahot puolestaan saattoivat evätä avun sanoen esimerkiksi, että raiskauksia sattuu parisuhteissa toisinaan tai että hyväksikäytön kaltainen ”henkilökohtainen asia” tulisi selvittää omin neuvoin. (Mt.)

Hurtig (2013, s. 198) kutsuu *moraaliseksi traumatisoitumiseksi* kokemusta siitä, että sosiaalinen ympäristö ymmärtää seksuaalisen väkivallan tekijää enemmän kuin uhrin kärsimystä. Tällöin väkivallan kokemus laajenee uhrin ja tekijän välisestä kaikkiin asiasta tietäviin kiinnittyväksi. (Mts. 198). Yhdysvalloissa yhteisön torjuvaa epäuskoa ja avun epäämistä on nimitetty *toiseksi raiskaukseksi* (*second rape, second assault, secondary victimization*), ja sen on havaittu olevan yhteydessä uhrien heikompaan terveyteen (Campbell, Wasco, Ahrens, Sefl, & Barnes, 2001). Sen sijaan toimiva parisuhde voi toimia korjaavana kokemuksena seksuaalisen väkivallan jälkeen (Honkatukia, 2008, s. 100–101).

Seksuaalisen väkivallan tutkimuksessa tarkastellaan erityisesti sitä, kuinka seksuaalisen väkivallan kokemuksesta kertomiseen vastataan (esim. Ahrens, Cabral & Abeling, 2009). Kvantitatiivisessa tutkimuksessa erilaiset reaktiot luokitellaan myönteisiin ja kielteisiin: joskus jotkin auttamisyrietykset voivat olla vahingollisia (Ullman, 1999). Viimeaikaisissa tutkimuksissa on käytetty Ullmanin (2000) kehittämää sosiaalisten reaktioiden kyselyä (*Social Reactions Questionnaire*), joka huomioi useita tukea tarjoavia tahoja. Myönteisiksi mittarissa katsotaan emotionaalinen tuki (huolenpito, välittäminen) ja kertomuksen uskomisen sekä konkreettisen välineellisen tuen, tiedon tai neuvojen antaminen. Kielteisiksi reaktioiksi puolestaan määritetään 1) uhrin toiminnan kontrollointi, 2) uhrin syyllistäminen, 3) erilainen kohtelu (esimerkiksi välttely), 4) huomion suuntaaminen muualle (kehoitus lakata ajattelemasta asiaa ja jatkaa elämässä eteenpäin) ja 5) itsekeskeinen käytös (kuulija järkyttyy ja uhri joutuu lohduttajaksi). (Ullman, 2000.) Pidän sosiaalisen tuen käsitettä ja sosiaalisten reaktioiden tarkastelua oivallisina näkökulmina seksuaalisesta väkivallasta selviytymiseen. Laadullista ja fenomenologista lähestymistapaa käyttäessäni en kuitenkaan tässä tutkimuksessa tee etukäteen oletuksia siitä, millainen tuki koetaan myönteisenä ja millainen toiminta kielteisenä.

Saadakseen sosiaalista tukea seksuaalisen väkivallan kokemusten käsittelyyn selviytyjän on kerrottava kokemuksistaan muille. Piispan ja Honkatukian (2008, s. 110–111) mukaan noin yhdeksällä kymmenestä nuoresta naisesta on joku, jonka kanssa keskustella terveyden tai ihmissuhteiden ongelmista. Seksuaalisuuden ongelmista puolestaan hieman tätä harvempi voi keskustella muiden kanssa. Näiltä osin seksuaalista väkivaltaa kohdanneet eivät näytä eroavan muista. (Mts. 110–111.) Kaikki nuoret eivät kuitenkaan tiedä, kenelle seksuaalisesta häirinnästä tai väkivallasta voisi puhua (Aaltonen, 2006, s. 378). Ullmanin (1999) katsausartikkelin mukaan noin puolet tai kaksi kolmasosaa seksuaalista väkivaltaa kokeneista kertoo siitä jollekulle, useimmin ystävälle. Honkatukian (2008, s. 99) mukaan suomalaiset tytöt kuitenkin saattavat välttää ystäville kertomista suojellakseen seksuaalista mainettaan. Koska kokemuksensa salaavia on myös vaikeampi tavoittaa tutkimusten osallistujiksi, Yhdysvalloissa on yleensä tutkittu uhreja, jotka ovat hakeneet apua virallisilta tahoilta (Ullman, 1999).

Seksuaalisen väkivallan kokemuksista kertominen edellyttää, että ne ovat jäsentyneet nuorelle itselleen (Hurtig, 2013, s. 213; Laitinen, 2004, s. 190–191). Crisman ym. (2004) haastattelututkimuksen mukaan lasten ja nuorten kohdalla tietämättömyys seksuaalisesta väkivallasta ja sen mahdollisuudesta lähipiirissä saattavat vaikeuttaa kokemusten nimeämistä. Lapsi ei välttämättä ahdistuksestaan huolimatta osaa määritellä kokemuksiaan seksuaaliseksi väkivallaksi ennen kuin vanhempana, kun hyväksikäyttö on saattanut jatkua jo monta vuotta. Haastateltavien mukaan tekijän tuttuus ja hyväksikäytön hienovaraisuus saattavat vaikeuttaa hyväksikäytön ymmärtämistä väkivallaksi. Jos tekijä esimerkiksi jälkeinpäin kieltää tapahtuneen ja käyttäytyy, kuin mitään ei olisi tapahtunut, uhri saattaa alkaa epäillä ymmärtäneensä itse tilanteen väärin. (Mt.) Saman havaitsivat Bletzer ja Koss (2006) Yhdysvalloissa. Pienen lapsen hyväksikäyttö voi alkaa leikin varjolla (Laitinen, 2004, s. 98). Hurtigin (2013, s. 165) mukaan lapsen on helpompi tunnistaa toiminta vääräksi, jos siihen liittyy fyysistä väkivaltaa. Kun lapsen on vaikea ymmärtää tapahtunutta ja liittyy siihen muuhun kokemusmaailmaansa kuuluvia merkityksiä, hyväksikäyttö voi ”koteloitua” ja eristyä muusta elämästä. Hämmennys yhdistyneenä intuitiiviseen kokemukseen toiminnan vääryydestä voi saada lapsen vaikenemaan. Koska lapsi on aikuiseen nähden alisteisessa asemassa ja luottaa tämän moraalitajuun, lapsi voi kokea, että hänen on sopeuduttava tilanteeseen. (Mts. 167–171.)

Hämmennyksen ja itseen kohdistuvien epäilyjen myötä nuori saattaa alkaa etsiä hyväksikäytön syitä omasta käyttäytymisestään (Crisma ym., 2004). Laitisen (2004, s. 118–119) mukaan hyväksikäyttäjä siirtää lapsen oman häpeänsä salailemalla tekojaan ja syyllistämällä uhria. Useissa laadullisissa tutkimuksissa onkin havaittu, että edellä käsitelty häpeän ja syyllisyyden tunteet sekä leimautumisen pelko saattavat saada nuoren salaamaan kokemuksensa. Nuori saattaa vaieta myös siksi, että tekijä on hänelle läheinen, tai koska pelkää, ettei häntä uskottaisi. (Aaltonen, 2006, s. 374–377; Crisma ym., 2004; Honkatukia, 2008, s. 101–102; Hurtig, 2013, s. 171–172.) Tekijä saattaa myös vaientaa uhrin manipuloimalla tai suoralla uhkailulla (Hurtig, 2013, s. 174–176; Ronkainen, 2008, s. 68). Lapsen hyväksikäyttäjä voi Laitisen (2004, s. 107–117) mukaan käyttää uhriinsa valtaa useilla eri tavoilla. Laitinen erottelee uhkaavan, pakottavan, manipulatiivisen, hyvittävän, viettelevän ja hoivaavan vallan sekä

mielivallan. Hyväksikäyttäjä saattaa hallita lähes täysin lapsen mieltä, ajatuksia, tunteita, sanoja, tekoja, kokemuksia ja ruumista. (Mts. 107–117.)

Crisman ym. (2004) mukaan luottamuksen puute saattaa estää kokemuksesta kertomisen vanhemmille, mutta nuoret välttävät vanhemmille kertomista useista eri syistä, vaikka suhteet olisivat hyvätkin. Nuoret saattavat paitsi hävetä myös pelätä vanhempien reaktioita. Entä jos he eivät usko? Entä jos he syyttävät nuorta tapahtuneesta tai kertovat viranomaisille? (Mt.) Entä jos he vastedes kieltävät ulkona käymisen (mt; Aaltonen, 2006, s. 385)? Nuori saattaa salata kokemuksensa myös suojellakseen perheenjäseniensä tunteita (Aaltonen, 2006, s. 382–384; Crisma ym., 2004; Hurtig, 2013, s. 216–218; Jensen, Gulbrandsen, Mossige, Reichelt & Tjerslan, 2005) tai rakentaakseen itsenäisyyttään, vaikka uskoisikin vanhempien kykyyn auttaa vakavissa tilanteissa (Aaltonen, 2006, s. 382–386). Jensenin ym. (2005) haastattelututkimuksen mukaan seksuaalisesta väkivallasta voi olla helpompi kertoa aikuiselle, kun tilanne on yksityinen ja kiireetön ja nuori olettaa seuraukset myönteisiksi (myös Hurtig, 2013, s. 213). Kertominen voi helpottua, kun nuoren ja aikuisen huomio on jo valmiiksi suunnattu seksuaalisen hyväksikäytön aihepiiriin, kuten esimerkiksi aihetta käsittelevää dokumenttia katsoessa (Jensen ym., 2005). Nuorilla on myös useita syitä olla tukeutumatta virallisiin tahoihin. Tukipalveluista nuori ei aina tiedä. Viranomaisten suojelukykyyden nuori ei välttämättä luota, jos esimerkiksi pelkää tekijän kosta. Myös pelko syytöksistä tai vanhemmille kertomisesta saattaa estää avun hakemisen virallisilta tahoilta. (Crisma ym., 2004.)

Kannattaisiko selviytyjien puhua seksuaalisen väkivallan kokemuksista edellä kuvatuista uhkista huolimatta? Kvantitatiiviset tutkimukset tukevat oletusta, jonka mukaan vastaus riippuu siitä, kuinka kertomiseen reagoidaan. Ullmanin katsausten (1999; 2003) mukaan kokemuksensa salaavat selviävät yleisesti ottaen paremmin kuin kielteisiä reaktioita kohtaavat mutta huonommin kuin myönteisiä reaktioita kohtaavat selviytyjät. Sosiaalisten reaktioiden kyselyllä (Ullman, 2000) mitatuilla kielteisillä reaktioilla on toistuvasti havaittu yhteys heikompaan selviytymiseen, mitattiinpa sitä traumaperäisen stressihäiriön tai masennuksen oireilla, psykologisen hyvinvoinnin mittareilla, somaattisilla oireilla tai yksinkertaisilla itsearviointikysymyksillä (Campbell, Ahrens, Sefl, Wasco & Barnes, 2001; Littleton, 2010; Ullman, 2000).



Littletonin (2010) kuuden kuukauden seurannassa kielteiset reaktiot ennustivat traumaperäisen stressihäiriön oireita, syyllisyyden tunteita, toimivien ja huonosti toimivien selviytymiskeinojen aktiivisempaa käyttöä ja kielteisiä ajatuksia maailmasta. Yllättäen myönteisten reaktioiden yhteydet selviytymiseen puolestaan eivät näytä yhtä selviltä. Esimerkiksi Ullmanin (2000) tutkimuksessa sosiaalisten reaktioiden kyselyllä mitatut myönteiset reaktiot olivat yhteydessä psykologiseen hyvinvointiin, kuten parempaan itsetuntoon, mutta eivät traumaperäisen stressihäiriön oireisiin. Lähinnä kuunteleminen ja uskominen näyttävät olevan yhteydessä vähäisempään psyykkiseen ja somaattiseen oireiluun (Campbell, Ahrens ym., 2001).

Korrelatiivisten tutkimusten perusteella ei voida päätellä pahoinvoinnin seuraavan kielteisistä reaktioista: onhan esimerkiksi mahdollista, että ympäristö kokee voimakkaasti oireilevan uhrin kuormittavana ja siksi reagoi kielteisesti. Esimerkiksi toistuvasti uhriksi joutuneet näyttävät saavan osakseen vähemmän tukea ja enemmän syytelyä kuin muut (Mason, Ullman, Long, Long & Starzynski, 2009). Kertomisen tai kokemuksesta kirjoittamisen hyötyjä onkin tutkittu myös kokeellisesti. Ullmanin (2011) katsauksen mukaan tähänastisten kokeellisten tutkimusten perusteella pelkkä tapahtuneesta kirjoittaminen ei näytä tuovan samanlaisia hyötyjä seksuaalisen väkivallan uhreille kuin muita traumaattisia kokemuksia kohdanneille, etenkin kliinisillä otoksilla tarkasteltuna. Ullman arvelee, ettei seksuaalisen väkivallan kokemusten käsittely kirjoittamalla riitä siksi, ettei kertomuksella silloin ole välitöntä kuulijaa, joka jollakin tavalla reagoisi. Kenttätutkimuksissa puolestaan vapaaehtoiset, yksityiskohtaiset kertomukset ja myönteiset reaktiot niihin ovat myönteisessä yhteydessä selviytymiseen. Myös kertojan taustalla ja selviytymiskeinoilla voi olla merkitystä. (Mt.)

Tutkimustulokset eivät siis anna selkeää ja johdonmukaista kuvaa siitä, onko seksuaalisen väkivallan kokemuksista puhuminen yleisesti ottaen hyödyllistä ja mitkä tekijät siihen vaikuttavat. Sosiaalisen tuen ja selviytymisen yhteyttä välittäviksi ja muovaaviksi tekijöiksi on ehdotettu tuen antajaa, uhrin selviytymiskeinoja ja uhrin itsesyytöksiä (Ullman, 1999). Ullmanin (1999) katsausartikkelin mukaan syyllisyyden tunteet haittaavat selviytymistä riippumatta siitä, syyttääkö uhri omaa käyttäytymistään raiskaustilanteessa vai luonteensa ominaisuuksia (vrt. Janoff-Bulman, 1979). Kielteisten

reaktioiden ja uhrin tunteman syyllisyyden on havaittu ennustavan vältteleviä selviytymiskeinoja, joita käyttävät selviytyvät muita huonommin (Littleton & Breitkopf, 2006; ks. myös Thoits, 1986). Ystävien ja tukihenkilöiden tarjoama tuki saattaa olla helpottavampaa kuin seurustelukumppanien tai perheenjäsenten tuki (Ahrens ym., 2009). Näissäkin tarkasteluissa kausaaliyhteydet jäävät epäselviksi. Ovatko esimerkiksi välttelevät selviytymiskeinot itsessään haitallisia, vai vältelläänkö kokemusten käsittelyä juuri silloin, kun kokemukset ovat raskaita?

Kokonaiskuvaa mutkistaa myös se, etteivät kaikki koe muiden reaktioita myönteisiksi tai kielteisiksi niin kuin oletetaan. Campbellin ym. (2001) tutkimuksessa osallistujilta kysyttiin, olivatko he kohdanneet sosiaalisten reaktioiden kyselyn (Ullman, 2000) reaktioita ja jos olivat, kokivatko ne helpottavina (*healing*), vahingoittavina (*hurtful*) vai neutraaleina. Valtaosa uhreista piti kyselyn myönteisiä reaktioita helpottavina, mutta kaikkien kielteisten reaktioiden vahingoittavuudesta ei oltu lainkaan yksimielisiä. Lähes kaksi kolmesta koki helpottavana kuulijan kostonhalun, vahingoittavana vain joka viides. Kehotuksen jatkaa eteenpäin elämässä puolet koki helpottavana, kontrolloinnin joka neljäs.<sup>1</sup> Kuitenkin kertojan *tulkinnalla* oli merkitystä siinä, miten tietty vastaanottotapa oli yhteydessä psyykkisiin ja somaattisiin oireisiin. Esimerkiksi kostonhalun helpottavana *kokeneet* oireilivat vähemmän kuin vahingoittavana kokeneet tai he, jotka eivät törmänneet kyseiseen reaktioon lainkaan. (Campbell, Ahrens ym., 2001.) Selviytymistä ei siis pystytä kokonaan selittämään vain tietyillä sosiaalisen vastaanoton tavoilla, vaan on olennaista tarkastella myös niitä koskevia yksilöllisiä tulkintoja. Eri kuulijoilta myös odotetaan eri asioita: esimerkiksi äidiltä saatetaan odottaa enemmän eläytyvää kuuntelua ja suojelua kuin muilta (Hurtig, 2013, s. 220). Uhrin pettymys saattaaakin kohdistua tekijän sijaan voimakkaammin juuri hyväksikäyttöä sivusta seuranneeseen äitiin, jota pidetään toimintakykynsä ja moraalisuutensa vuoksi vastuullisena (Hurtig, 2013, s. 221; ks. myös Laitinen, 2004, s. 149–154).

Tarkasteltaessa sosiaalisen tuen merkitystä selviytymisen kannalta pitäisi siis huomioida myös se, kuinka seksuaalisen väkivallan uhrin subjektiivisesti kokevat heille tarjotun tuen. Ullmanin (2011) mukaan laadullista tutkimusta tarvitaan selventämään

<sup>1</sup> Pienen otoksen (N=102) vuoksi osaotokset tosin jäävät joidenkin harvoin kohdattujen reaktioiden kohdalla kovin pieniksi, joten osuuksiin on suhtauduttava erityisellä varauksella.

vastaanottotapojen ja -tahojen, sosiaalisten kontekstien sekä yksilöllisten tulkintojen ja selviytymiskeinojen välisiä monimutkaisia yhteyksiä toisiinsa ja selviytymiseen. Laadullinen tutkimus sitoo havaittuja yhteyksiä kontekstiin (Regehr ym., 1999). Ahrensin ym. (2009) haastattelututkimuksen 103 naisesta neljäsosa koki emotionaalisen tuen ainakin jossain määrin vahingoittavaksi, esimerkiksi jos emotionaalinen reaktio oli liian laimea tai vaihtoehtoisesti niin voimakas, että kertoja tunsu syyllisyyttä aiheuttaessaan toiselle ahdistusta. Sama kokemus voi syntyä, jos kertominen ei lievennä häpeän tunnetta. Jotkut haastateltavista kokivat kostonhaluisen reaktion tuovan turvallisuuden tunnetta; toiset alkoivat pelätä uskotun oikeasti kostavan ja joutuvan vaikeuksiin. Syyttäminen, kontrollointi tai huomion suuntaaminen muualle saatettiin tulkita myönteisenä välittämisen tai suojelunhalun osoituksena taikka sitten kielteisenä, kärsimättömyydestä, alentuvuudesta tai syyllistämisestä kumpuavana reaktiona. (Mt.)

Laadullista tutkimusta voisi hyödyntää myös kvantitatiivisten kyselymittareiden validiteetin kehittämisessä. Jos uhrit eivät pidä reaktioita myönteisinä ja kielteisinä niin kuin on oletettu, tutkimustulosten ristiriitaisuus ei yllätä. Erilaisissa kulttuureissa seksuaaliseen väkivaltaan sosiaaliin suhteisiin liittyy erilaisia merkityksiä, eivätkä Yhdysvalloissa kehitetyt mittarit ja tutkimustulokset välttämättä päde kaikkialla. Seksuaalisen väkivallan tai sosiaalisen tuen tarkastelu yksinomaan tietynlaisina tekoina ei riitä, koska subjektiiviset kokemukset muodostuvat yksilöllisten tulkintojen ja kulttuuristen merkitysten kautta.

## 5 Tyttöjen Talon tuki seksuaalista väkivaltaa kokeneille

Tässä luvussa esittelen pääpiirteissään Tyttöjen Talon seksuaalisen väkivallan tuen toimintamallin Tyttöjen Talon seksuaalisen väkivaltatyön toimintakertomuksen (2012) ja Tyttöjen Talon seksuaalisen väkivaltatyön vastaavan ohjaajan henkilökohtaisten tiedonantojen (Hannila, 2013) perusteella. Matala kynnys ja nopea apu ovat tukitoiminnan keskeisiä pyrkimyksiä. Tukea saa jo saman päivän tai viikon aikana, mutta sen hakeminen voi pitkittyä esimerkiksi seksuaalisen väkivallan kokemuksen kieltämisen takia. Toiminnan tavoitteena on tuoda tytön elämään vakautta ja

turvallisuutta, tukea hänen itsenäistä selviytymistään arjessa ja kannatella häntä toipumisen edetessä. Tarvittaessa hänet ohjataan eteenpäin lisäksi muun terveydenhuollon piiriin, kuten sairaalaan tai psykoterapiaan.

Pop In -vastaanotolla tarjotaan seksuaalineuvontaa, yksilöllistä tukea, raskaus- ja sukupuolitautiliikkeitä ja maksuttomia jälkikiekkäisytabletteja. Seksuaalisen väkivallan asiantuntija on tavattavissa säännöllisesti. Osa nuorista hakeutuu Tyttöjen Talolle oma-aloitteisesti, osa ohjautuu esimerkiksi kouluterveydenhuollon, sosiaalitoimen, eri poliklinikoiden, poliisin tai yhteistyöverkoston kautta. Lisäksi seksuaalista väkivaltaa koskeviin kysymyksiin vastataan Tyttöjen Talon verkkosivujen kysymyspalstalla. Työntekijöiden mukaan tuen piiriin hakeutuneet nuoret useimmiten sitoutuvat toimintaan hyvin. Joissakin yksittäisissä tapauksissa nuori saattaa jättää prosessin kesken, esimerkiksi jos ei koe elämäntilannettaan sopivaksi seksuaaliväkivallan kokemustensa käsittelyyn.

Toimintaa suuntaavat traumaviitekehys ja teoreettinen PLISSIT-malli, joka on kehitetty seksuaalisen hyvinvoinnin ongelmien käsittelyyn terveydenhuollon ammattilaisten avuksi (Annon, 1976; Taylor & Davis, 2006). PLISSIT on lyhenne termeistä *Permission* (hyväksyminen), *Limited Information* (rajattu tieto), *Specific Suggestions* (erityiset ehdotukset) ja *Intensive Therapy* (intensiivinen terapia). Työntekijän hyväksyvä ja asiallinen suhtautuminen luo luottamuksellisen ja avoimen ilmapiirin seksuaalisuuden ongelmien käsittelyyn. Rajattu tiedon jakaminen tarkoittaa kunkin yksilön kannalta merkityksellisen tiedon jakamista. Psykoedukaatio eli se, että asiakkaalle annetaan asianmukaista tietoa hänen tilanteestaan ja oireistaan, onkin tärkeässä osassa Tyttöjen Talolla. Näin pyritään auttamaan nuorta ymmärtämään toimintaansa ja sen myönteisiä ja kielteisiä vaikutuksia hänen hyvinvointiinsa. Erityisillä ehdotuksilla puolestaan tarkoitetaan käytännöllisiä neuvoja asiakkaan auttamiseksi. Intensiivinen terapia on mallin korkein taso, joka vaatii työntekijältä riittävää koulutusta. Tyttöjen Talon työntekijöillä on seksuaaliterapeutin koulutus, ja heidän mukaansa seksuaalisuuden ja traumatyöskentelyn tuntemus on työssä erityisen tärkeää.

Seksuaalista väkivaltaa kokenut nuori käy Tyttöjen Talolla aluksi yksilötapaamisissa seksuaaliterapeutin kanssa. Yksilötapaamisissa hahmotetaan nuoren tukiverkostoa ja tuetaan häntä kokonaisvaltaisesti kuunnellen ja keskustellen. Yksilöllistä tukea tarjotaan vähintään puolen vuoden ajan, usein huomattavasti pidempäänkin. Tyttöjen toiveiden mukaiseksi käytännöksi on muodostunut myös tuki mahdollisen oikeusprosessin aikana ja sen jälkeen. Tyttöjen Talon työntekijä voi antaa lausunnon nuoren terveydentilasta ja toimia tukihenkilönä oikeussalissa.

Työntekijä tarjoaa nuorelle mahdollisuutta osallistua vertaistukiryhmään usein noin puolen vuoden yksilöllisen tuen jälkeen, mikäli arvioi hänen olevan siihen psyykkisesti valmis ja riittävän vakaassa elämäntilanteessa. Osallistuminen on vapaaehtoista, mutta yli puolet tytöistä osallistuu ryhmään prosessin edetessä. Ryhmään kuuluu korkeintaan kuusi jäsentä, ja kaksituntiset tapaamiset jatkuvat viikoittain vähintään vuoden ajan. Keskeisenä pyrkimyksenä on kohottaa ryhmän jäsenten itsetuntoa auttamalla tunnistamaan omia voimavaroja ja myönteisiä puolia itsestä. Tapaamisissa ryhmän vetäjä nostaa käsiteltäväksi ryhmän jäsenten elämässä ongelmallisia asioita, kuten omien rajojen hallinnan, syyllisyyden tai pelot. Työskentelyssä käytetään toiminnallisia menetelmiä: ohjattua kirjoittamista, rentoutumista, kuvataidetta tai liikunnallisia psykodraamaharjoitteita. Vertaiskokemusten jakamisella pyritään kunkin tilanteen normalisointiin eli näyttämään, ettei nuori ole yksin kokemustensa kanssa eivätkä hänen tuntemuksensa ole poikkeuksellisia tai kummallisia. Ryhmätoimintaan sisältyy aina myös muutaman päivän kestäviä intensiivisen työskentelyn leirejä, joiden aikana tehdään työskentelyn lisäksi jotakin toiminnallista yhdessä, esimerkiksi laitetaan ruokaa tai käydään kylpylässä.

## 6 Aineisto ja tutkimuskysymykset

Aineistonani on Tyttöjen Talolla keräämäni haastatteluaineisto, jonka pohjalta kirjoitin Tyttöjen Talon työharjoittelijana useita eri aiheita käsittelevän raportin osana Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen rahoittamaa Aino & Ilmari -hanketta (2011–2013). Tämä aiempi raportti oli osa hankkeen toiminnan arviointia, mutta jo haastatteluihin valmistautuessa tavoitteena oli kerätä aineisto, johon voisin edelleen syventyä pro gradu -tutkielmassani (liite 1). Tutkimuksen osallistujat ovat 20–26-vuotiaita naisia, jotka ovat kokeneet seksuaalista väkivaltaa lapsuudessa tai myöhemmin ja saaneet siksi yksilöllistä ja ryhmätukea vähintään puoli vuotta Tyttöjen Talolla. Tyttöjen Talon työntekijät järjestivät haastatteluajat. Kuudesta mukaan pyydetystä naisesta yksi kieltäytyi. Keräsin viisi puolistrukturoitua, yksilöllistä teemahaastattelua, joista lyhin kesti 45 minuuttia ja pisin 2 tuntia. Yhteensä nauhoitettua aineistoa kertyi 7 tuntia 4 minuuttia. Litteroin haastattelut sanatarkasti ja merkitsin tekstiin tauot, naurahdukset ja huokaukset (liite 4). Litteroituna aineiston pituus on 152 leveämarginaalista sivua.

Ennen haastatteluja en tiennyt tarkemmin osallistujien seksuaalisen väkivallan kokemuksista tai elämäntilanteista. Haastattelun rungon (liite 3) muodostamisessa huomioin Tyttöjen Talon seksuaalisen väkivaltatyön vastaavan ohjaajan näkemykset tärkeimmistä teemoista, joiksi arvioimme yhdessä arjessa selviämisen ja ihmissuhteet. Keskiössä olivat haastateltavien henkilökohtaiset kokemukset Tyttöjen Talon toiminnasta, mutta kehotin haastateltavia kertomaan vapaasti selviytymisensä kannalta tärkeistä aiheista. Seksuaalisen väkivallan kokemuksista en erikseen kysynyt, jotta haastateltavat saattoivat kuvata niitä siten, kuin katsoivat selviytymisprosessin ymmärtämisen kannalta tarpeelliseksi.

Vaikka traumaviitekehys ja PLISSIT-malli (ks. luku 6) ohjaavat Tyttöjen Talon toimintaa, en käytä niitä teoreettisina välineinä tutkielmassani. Sen sijaan kiinnostukseni kohteena ovat sosiaalisen tuen merkitykset erityisesti itsearvostuksen kannalta. Nämä näkökulmat valitsin aineistolähtöisesti: itsearvostukseen eli itseen liittyviin kielteisiin ja myönteisiin tunteisiin ja ajatuksiin liittyvää pohdintaa on aineistossa runsaasti. Itsearvostuksen tarkempi käsitteellinen sisältö on osa tutkimuksen tuloksia. Sosiaalisen

tuen käsittettä puolestaan pidän toimivana työkaluna, koska sen alle lukeutuvat ammatillisen yksilötuen, vertaistuen sekä läheisten tuen moninaiset merkitykset.

Tutkimuskysymykseni ovat siis seuraavat: Mitä ammattiauttajan, vertaisryhmän ja läheisten tarjoama sosiaalinen tuki merkitsee seksuaalista väkivaltaa kohdanneille nuorille naisille? Miten he kokevat tuen vaikuttaneen henkilökohtaiseen selviytymiseensä, erityisesti itsearvostukseensa?

## 7 Eettiset kysymykset

Tutkimusaihetta voi pitää arkaluonteisena, jos se saattaa aiheuttaa siihen osallistuville tutkittaville tai tutkijoille merkittävää uhkaa. Aiheen arkaluonteisuus määrittyy suhteessa tutkimuksen sosiaaliseen kontekstiin, joten tutkija saattaa tutkimusprosessin aikana havaita aiheensa olevan arkaluonteisempi tai vähemmän arkaluonteinen kuin oli alun perin ajatellut. Se, mitä pidetään arkaluonteisena, vaihtelee eri kulttuureissa ja tilanteissa, mutta sosiaaliseen elämään ja seksuaalisuuteen liittyviä asioita pidetään yleensä yksityisinä. (Lee & Renzetti, 1993, s. 5–6.) Kaikessa vuorovaikutuksessa haastateltavien ja Tyttöjen Talon kanssa pyrin käyttäytymään kunnioittavasti ja empaattisesti. Kerroin haastatteluiden lähtökohdista ja tavoitteista avoimesti (liite 1) ja säilytin haastatteluaineiston ja tutkimussuostumukset (liite 2) huolellisesti lukkojen ja kunnollisten salasanojen takana. Tutkimuksen kaikissa vaiheissa pyrin minimoimaan haitat, joita osallisille voi tutkimuksesta aiheutua.

Kulttuurisella sensitiivisyydellä tarkoitetaan sitä, että tutkimukseen liittyviä riskejä opetellaan tarkastelemaan niiden näkökulmasta, joihin tutkimus vaikuttaa. Kaikki eivät koe asioita samalla tavalla kuin tutkija ne kokisi. (Sieber, 1993, s. 19.) Laitisen ja Uusitalon (2007) mukaan tutkimuksen vaikutuksia tutkittaviin voi kuitenkin olla lähes mahdotonta ennakoida: sekä haastattelutilanne että tutkimusraportin lukeminen voivat herättää osallistujassa monenlaisia tunteita, kuten vihaa, surua tai helpotusta.

Haastattelin naisia viihtyisässä ja rauhallisessa huoneessa Tyttöjen Talolla, jotta haastattelutilanne tuntuisi osallistujista mahdollisimman mukavalta. Ennen haastattelua

osallistujat tutustuivat tutkimuksen saatekirjeeseen (liite 1) ja allekirjoittivat sitten tutkimussuostumuksen (liite 2). En pyytänyt haastateltavia kommentoimaan tekemiäni tulkintoja tai tutkimusraporttiani (vrt. Laitinen, 2004), sillä päätin jättää haastateltaville mahdollisuuden joko tutustua tai olla tutustumatta tulkintoihini. Haastattelutilanteen ja senhetkisen elämäntilanteen muistelu jälkeenpäin saattaisi korostaa kyseisessä tilanteessa annettuja merkityksiä epäedullisellakin tavalla. Esimerkiksi jo taakse jäänyt ahdistus saattaisi nousta uudelleen pintaan, tai tutkijan tekemät tulkinnat voisivat sekoittaa ajatuksia ja tunteita – hyvässä tai pahassa. Rohkaisin haastateltavia halutessaan ottamaan yhteyttä haastatteluiden jälkeen, mutta tätä kukaan heistä ei tehnyt.

Corbinin ja Morsen (2003) katsausartikkelin mukaan ahdistavia tunteita herättävien haastattelututkimusten ei tiedetä aiheuttaneen pitkäaikaisia, terapeutista tukea vaativia haittoja, vaikkakin tutkijan on otettava tämä vaara huomioon. Dickson-Swifin ym. (2006) haastattelemista tutkijoista osa kuitenkin uskoi, että jotkut heidän haastateltavistaan olivat mahdollisesti kärsineet tutkimusprosessista ja tarvinneet sen vuoksi terapeutista apua (Dickson-Swift, James, Kippen & Liamputtong, 2006). Laitisen ja Uusitalon (2007) mukaan arkaluonteiseen haastatteluun osallistuminen yleensä edellyttää, että osallistuja on jo aiemmin työstänyt käsiteltäviä asioita. Vaikeista asioista puhuminen on vähemmän ahdistavaa, jos niitä on jo aikaisemmin jäsentänyt ja selittänyt. (Mt.) Tämän näkökulman huomioin tutkimuksen osallistujien valinnassa. Osallistujat olivat aktiivisesti käsitelleet seksuaalisen väkivallan kokemuksiaan Tyttöjen Talolla vähintään puoli vuotta ja he pystyivät sekä oman arvionsa että Tyttöjen Talon seksuaaliterapeuttien näkemyksen mukaan osallistumaan tutkimukseen turvallisesti. Haastatteluihin valmistautuessani huomioin Tyttöjen Talon seksuaalisen väkivaltatyön vastaavan ohjaajan ajatukset siitä, millainen lähestymistapa tekisi haastattelutilanteesta luontevan. Seksuaalisesta väkivallasta ja raiskauksista kannatti hänen mukaansa puhua suoraan ja niiden oikeilla nimillä; aiheeseen tottuneet haastateltavat eivät tästä vaivaantuisi, ellen itse vaivaantuisi (Hannila, 2013).

Tutkijalta vaaditaan myös herkkyyttä aistia haastateltavan tuntemuksia ja kykyä vetäytyä kohtuuttoman tuskallisista puheenaiheista. Jos haastateltava vaikuttaa psyykeltään liian hauraalta, tutkijan on irrotettava hänet tutkimuksestaan. (Laitinen &



Uusitalo, 2007.) Haastattelutilannetta ei välttämättä ole helppo lopettaa oma-aloitteisesti, vaikka mahdollisuus siihen olisikin julki lausuttu (liitteet 1 ja 2). Pyrin siis tarkoin seuraamaan haastateltavien jaksamista ja tunnetilaa. Erityisen voimakkaita tunnekuohuja en haastatteluiden aikana havainnut, mutta joitakin kertoja ohjasin keskustelua hienovaraisesti kevyempiin aiheisiin ja kerran saatoin haastattelun loppuun havaitessani haastateltavan uupuvan. Haastatteluiden päätteeksi kysyin haastateltavien tuntemuksista: kaikki vaikuttivat lähteneen tilanteesta melko hyvillä mielin. Erillisiä palautekeskusteluja en järjestänyt, mutta haastateltavat saattoivat halutessaan keskustella tilanteesta myös Tyttöjen Talon tuttujen työntekijöiden kanssa. Työntekijän mukaan kokemukset vaikuttivat kokonaisuudessaan hyviltä, vaikka joistakin asioista puhuminen olikin ollut osalle raskasta (Hannila, 2013). Haastatteluiden keskittyminen Tyttöjen Talon toiminnan eikä itse seksuaalisen väkivallan kokemusten ympärille saattoi tehdä tilanteesta kevyemmän (vrt. Laitinen, 2004).

Anonymiteetin suojaamiseksi käytän haastateltavista peitenimiä ja pidättäydyn kuvaamasta yksityiskohtia, joiden avulla osallistujan voisi tunnistaa. Dickson-Swiftin ym. (2006) mukaan erityisesti arkaluonteisissa tutkimuksissa tutkijan on kerrottava vastavuoroisesti jotakin itsestään ja osoitettava empatiaa tutkimuksen osallistujia kohtaan, jotta luottamuksellinen yhteys muodostuisi. Jotkut tutkijat kuitenkin pyrkivät etäännyttämään oman kokemusmaailmansa tutkimuksesta varjellakseen tutkimussuhteen ammatillisuutta ja omia tunteitaan. Tutkijan on siis pohdittava, kuinka paljon hän tahtoo itsestään paljastaa haastattelun ja tutkimuksen aikana. (Mt.) Koska tulkitsevan fenomenologisen analyysin haastatteluvaiheessa tavoitteena on tarkoin välttää haastateltavan johdattelua ja päästä mahdollisimman lähelle haastateltavan kokemusmaailmaa (Smith & Osborn, 2008; ks. luku 8), en jakanut omia ajatuksiani tai tuntemuksiani haastatteluiden aikana. Pyrin kuitenkin eleilläni osoittamaan kunnioitusta ja empatiaa haastateltavia kohtaan. Joidenkin haastatteluiden tunnelma oli huomattavan välitön, kun taas joidenkin kohdalla tutustuminen olisi voinut vähentää jännittyneisyyttä ja varautuneisuutta. Kokonaisuutena tarkastellen valitsemani toimintatapa kuitenkin toimi tässä kontekstissa. Haastateltavien luottamusta mahdollisesti edesauttoi se, että Tyttöjen Talon työntekijät osoittivat luottavansa minuun uskoessaan haastattelemisen vastuulleni.

Tutkija saattaa haastattellessaan joutua ikään kuin terapeutin asemaan (Dickson-Swift ym., 2006). Joidenkin haastatteluiden aikana tunnistin tästä häivähdyksiä, mutta ongelmaksi tämä ei nähdäkseni muodostunut. Haastateltavat kertoivat minulle tietoa, eivät niinkään hakeneet minusta tukea. Nuoren ikäni vuoksi en uskoakseni herätä mielikuvaa tyypillisestä terapeutista. Myös haastattelutapaamisten kertaluonteisuus oletettavasti vähensi terapianomaisuutta, samaten kuin suhteen muodostumista ystävyyden kaltaiseksi (Dickson-Swift ym. 2006).

Tutkija ei saa jäädä kiinni henkilökohtaisiin arvoihinsa, vaan hänen on kunnioitettava tutkimuksen osallistujien asiantuntijuutta. Tutkijan näkökulma on kuitenkin aina subjektiivinen, ja tämän tunnustaminen on osa tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta. Tutkimuksen osallistajat saattavat myös vaatia etukäteen näyttöä tutkijan motivaatiosta ja halusta kunnioittaa osallistujien kokemuksia. (Laitinen & Uusitalo, 2007.) Tutkimuksen saatekirje (liite 1) ilmeisesti antoi riittävän selkeän kuvan tutkimuksen tavoitteista, sillä ainakaan suoraan haastateltavat eivät kyseenalaistaneet tarkoitukseni ja asenteitani. Osa haastateltavista saattoi kuitenkin suhtautua asenteisiini jossain määrin varautuneesti. Nähdäkseni tämä varautuneisuus lientyi haastatteluiden aikana, mutta se saattoi silti vaikuttaa siihen, mitä asioita haastateltavat kertomuksissaan painottivat tai ylipäänsä toivat esiin.

## 8 Tulkitseva fenomenologinen analyysi

Laadullisena tutkimusmenetelmänäni käytän tulkitsevaa fenomenologista analyysia (*interpretative phenomenological analysis, IPA*). Näkökulman teoreettiset juuret ovat kolmella tieteenfilosofisella alueella: fenomenologiassa, hermeneutiikassa ja idiografiassa. Toisin sanoen näkökulman keskiössä ovat kokemukset, niiden tulkinta ja kiinnostus erityiseen. (Smith, Flowers & Larkin, 2009.) Menetelmällä tutkitaan, kuinka tutkittavat jäsentävät henkilökohtaista ja sosiaalista maailmaansa ja millaisia merkityksiä tietyillä kokemuksilla ja tapahtumilla heille on. Tutkija pyrkii mahdollisimman lähelle tutkittavan maailmaa, mutta tulkitsee sitä aktiivisesti omien käsitteidensä avulla. Menetelmälle tyypillinen aineistonkeruutapa on puolistrukturoitu

haastattelu, jonka aikana haastateltavaa pyritään johdattelemaan mahdollisimman vähin rohkaisuin, jottei hän joutuisi asettamaan kokemustaan tutkijan etukäteen asettamiin kehyksiin. (Smith & Osborn, 2008.)

Larkin ym. (2006) kiteyttävät, että menetelmän fenomenologisuus viittaa pyrkimykseen kokea maailma tutkimuksen osallistujan aistein. Tulkitsevaa fenomenologista analyysia tekevän tutkijan tavoitteena on kuitenkin päästä pelkkää kokemuksen kuvailua pidemmälle tulkitsemalla sitä suhteessa kontekstiinsa. Tutkijan on siis tasapainoitava tutkimuksen osallistujan äänen esiin tuomisen ja merkitysten aktiivisen tulkitsemisen välillä. Tulkintoja tehdessään tutkija voi käyttää hyödyksi aiempaa kokemustaan ja tietämystään, teorioita tai aiempaa tutkimusta – sillä edellytyksellä, että ne kiinnittyvät tutkimuksen osallistujan kokemukseen. (Larkin, Watts & Clifton, 2006.) Tulkintojani ohjaavat erityisesti opintojeni aikana oppimani sosiaalipsykologiset ja psykologiset näkökulmat. Lisäksi tulkitsen aineistoa sukupuoleen liitettyjen kulttuuristen merkitysten kautta hyödyntäen myös omia kokemuksiani suomalaisesta kulttuurista, suomalaisena naisena.

Kiinnostus erityiseen puolestaan tarkoittaa, ettei tutkimuksen löydöksiä pyritä yleistämään. Larkin ym. (2006) mukaan tulkitsevaa fenomenologista analyysia tekevä tutkija ei ole ensisijaisesti kiinnostunut tutkittavasta ilmiöstä itsessään vaan tutkimuksen osallistujasta ja hänen kokemuksistaan, jotka liittyvät ilmiöön. Tutkijaa kiinnostaa, kuinka tutkimuksen osallistuja ymmärtää tutkittavaan ilmiöön liittyviä kokemuksiaan; kuinka hän antaa niille merkityksiä. Yksilön sisäistä kokemusta ei ole mahdollista tavoittaa kontekstistaan irrallaan, joten tutkimus voi paljastaa jotakin ainoastaan osallistujan *senhetkisestä* suhteesta ympäröivään kontekstiinsa. (Mt.) Oman tutkimukseni kontekstina on 2010-luvun Suomi, tarkemmin Helsinki, Tyttöjen Talo ja haastattelutilanne, jossa käsitellään ensisijaisesti kokemuksia Tyttöjen Talon tarjoamasta tuesta. Osa kontekstia on myös haastateltavan nuoren aikuisen elämänvaihe, johon haastattelutilanne kiinnittyy.

Pyrin tulkinnoissani rakentamaan siltoja realististen ja konstruktionististen näkökulmien välille. Katson, että kulttuurisilla ja yksilöllisillä merkityksenantoprosesseilla voi olla todellisia vaikutuksia yksilön ajatteluun, tunteisiin ja käyttäytymiseen. Esimerkiksi

seksuaalisuuteen liitettävät häpeälliset kulttuuriset merkitykset voivat saada yksilön tulkitsemaan seksuaalisen väkivallan kokemuksensa häpeällisinä ja sitä kautta synnyttää todellisen häpeän kokemuksen ruumiillisine tuntemuksineen. Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa konstruoiduilla merkityksillä on vaikutuksia niiden kautta kokemuksiaan tulkitseviin todellisiin, ruumiillisiin, kokeviin ja toimiviin ihmisiin.

## 9 Analyysi ja tulokset

Smithin ym. (2009, s. 79–117) neuvoja mukaillen analysoin haastattelut ensin toisistaan erillisinä ja vasta myöhemmin integroin niistä kokonaiskuvan. Kuunneltuani haastattelun luin sen useaan kertaan. Ensimmäisellä lukukerralla alleviivasin tekstistä sosiaalisen tuen ja itsearvostuksen tarkastelun kannalta tärkeitä kohtia kolmella eri värillä. Sinisellä merkitsin avainsanoja ja aiheita, punaisella niiden kuvailua ja pohdintaa, oranssilla hienovaraisia merkityksiä välittäviä kielellisiä yksityiskohtia: aikamuotoja, metaforia, pronomien ja passiivin käyttöä, vahvistussanoja ja niin edelleen. Toisella lukukerralla keskityin erityisesti alleviivattuihin kohtiin ja kävin tekstin läpi hyvin yksityiskohtaisesti, hitaasti ja huolellisesti. Kirjoitin marginaaleihin runsaasti kommentteja yksittäisistä ilmaisuista, sanoista, mielipiteen ilmauksista ja puheen piirteistä, jotka herättivät ajatuksia ja kysymyksiä. Tämä toinen lukukerta oli selvästi hitaampi ja sen tarkoituksena oli päästä haastateltavan kokemukseen niin syvälle kuin mahdollista.

Kolmannella lukukerralla tarkastelin litteraation ja siihen osoittamieni kommenttien kokonaisuutta haastattelun alusta loppuun edeten. Kirjoitin marginaaleihin lisää merkintöjä, tällä erää suurempia teemoja, joista kussakin haastattelun kohdassa nähdäkseni oli kyse. Tämän vaiheen aikana alkoi jo hahmottua toistuvia teemoja. Seuraavaksi keräsin kaikki teemat yhdelle paperille yhdistellen ja ryhmitellen niitä samalla. Kirjoitin vierekkäin teemat, jotka liittyivät tiukasti toisiinsa. Samalla aloin hahmottaa suhteita näiden rykelmien välillä. Kokonaisuutta edelleen yksinkertaistaakseni nimesin rykelmät tavalla, joka kuvasi niiden yhteistä sisältöä

mahdollisimman hyvin. Näin hahmotin aineistosta kunkin yksilöllisen haastattelun keskeisimmät teemat.

Seuraavaksi hahmottelin kuvioina haastattelun teemojen suhteita toisiinsa. Kuvioiden luomisessa käytin apuna tiettyjä konventioita: pyrin asettamaan tärkeimpinä pitämäni teemat visuaalisesti parhaiten esille, ja mikäli hahmotin teemojen suhteissa ajassa etenemistä, kuvasin tätä etenemistä kuvassa vasemmalta oikealle etenevänä. Nuolet kuvissa kuvaavat tulkintaani teemojen koetuista vaikutussuhteista. Tiivistettynä analyysiprosessi tapahtui siis seuraavasti: Ensin upposin aineistoon mahdollisimman syvälle tarkastellen sitä äärimmäisen yksityiskohtaisesti ja huolellisesti, samalla kommentoien sitä ja näin kasvattaen analysoitavan materiaalin määrää. Tämän jälkeen tiivistin tätä tietomäärää ja ryhmittelin sen teemoiksi. Lopuksi muovailin teemoista kokonaisuuden, kuvan. Suodatin siis ensin aineiston tutkimuskysymysten läpi (ensimmäinen lukukerta), sitten auoin sen rypyt (toinen lukukerta) ja sitten tiivistin sen mahdollisimman yksinkertaiseksi kokonaisuudeksi, jossa kuitenkin ovat mukana kaikki olennaisimmat osat (teemojen ja kuvien muodostus).

En käsitellyt yhtä haastattelua loppuun ennen seuraavaan siirtymistä, mutta pyrin keskittymään haastatteluihin omina yksikköinään. Silti kunkin haastattelun erityispiirteet hahmottuvat väistämättä suhteessa muihin haastatteluihin. Vuorottaisella tarkastelulla lienee sekä etuja että haittoja. Jos olisin analysoinut ensin yhden haastattelun täysin valmiiksi, se olisi väistämättä värittänyt seuraavia haastatteluja, kun taas muut haastattelut eivät olisi vaikuttaneet tulkintoihini tästä ensimmäisestä. Katsoin haastateltavien näkökulmasta oikeudenmukaisemmaksi, että kaikki haastattelut vaikuttaisivat toisiinsa osapuilleen tasapuolisesti eikä yksikään haastattelu saisi hallitsevaa asemaa. Tällä tavoin analyysin toteutus oli myös sujuvampaa, kun pystyin pitämään kunkin haastattelun käsittelystä luovia taukoja. Toisaalta taukojen aikana osa haastatteluun liittyvistä ajatuksista ehti runsaista muistiinpanoista huolimatta unohtua.

Haastateltavien seksuaalisen väkivallan kokemukset ja selviytymisprosessit ovat erilaisia, mutta havaitsen niissä myös monia samoja teemoja. Esimerkiksi itsenäisyyteen ja hyväksyntään liittyviä teemoja on läsnä kaikissa haastatteluissa, joskin eri painotuksilla. Osa haastateltavista kokee olevansa keskellä myllertävää prosessia, osalla

taas vaikeimmat vaiheet ovat jo ohi. Seuraavaksi esitän tulkintani kunkin haastateltavan kokemuksesta. Esittelen haastatteluiden tärkeimmät teemat kuvina ja esitän niiden tueksi katkelmia haastatteluista. Tekstin kursivoidut osat ovat suoria lainauksia haastatteluista. Luvussa 9.6 muodostan kokonaiskuvan aineiston kattoteemoista ja niiden välisistä suhteista.

## 9.1 Sallan matka kaaoksesta itsensä kuuntelemiseen

Salla hahmottaa selviytymisprosessinsa matkana kaoottisesta suorittamisesta ja tunteiden välttelystä kohti tasapainoa, itsensä kuuntelemista ja rauhaisaa onnea. Tämä *suuri matka sai alkunsa* ensimmäisestä yksilötapaamisesta Tyttöjen Talon työntekijän kanssa. Matkalla yhtä lailla olennaisina näyttäytyvät muiden ihmisten tarjoama sosiaalinen tuki ja Sallan oma aktiivinen, kognitiivinen ja konkreettinen työskentely. Prosessi ei kuitenkaan näyttäydy suoraviivaisena tai järjestelmällisesti etenevänä, vaan kaikki teemat ovat haastatteluhetkellä läsnä yhtenä mylläkkänä.

### Kaaos, häpeä ja välttely

Sallan kaoottinen arki, seksuaalisen väkivallan kokemusten käsittelyn välttely ja häpeä kietoutuvat toisiinsa. Arjen kaoottisuus liittyy nuoren aikuisen elämänvaiheeseen, johon usein liittyy monenlaisia muutoksia liittyen opiskeluun, työhön, asumiseen ja ihmissuhteisiin. Lisäksi Salla aktiivisesti haalii tekemistä, niin ettei paikoillaan olemiselle jää aikaa. Paikoilleen hän ei tahdo pysähtyä, koska joutuu silloin kohtaamaan itsensä ja omat tunteensa. Sallalla on ollut *vaikeuksia (tauko) olla vaan. Et mun pitää olla itsessäni näin ja sit niitten omien rajojen kanssa että*. Itsensä kohtaaminen on Sallalle tuskallista, koska hänen kokemuksensa itsestään on hajanainen. Hän puhuu itsestään yhtäältä subjektina, toisaalta paikkana eli ruumiina, jossa ”asuu”.

Itsensä kohtaaminen on Sallalle tuskallista itseen kohdistuvien kielteisten tunteiden takia. Tätä itsensä kohtaamisen tuskallisuuden teemaa nimitän häpeäksi, jonka sisään luen häpeän, syyllisyyden ja riittämättömyyden tunteiden lisäksi siihen liittyvän

pakonomaisten muiden miellyttämisen, jonka jalkoihin Sallan omat tunteet, toiveet ja minuuden rajat jäävät. Vaikka häpeä ja syyllisyys ovatkin erilaisia tunteita (ks. luku 3.2), en erota niitä haastattelussa erillisiksi teemoiksi. Molemmat liittyvät oman puutteellisuuden kokemukseen ja omien tarpeiden laiminlyömiseen.

Sallan häpeään ei liity muiden seurasta yksinäisyyteen vetäytymistä, vaan aktiivista pyrkimystä peittää todellinen, häpeällinen minä miellyttävän ja tunnollisen naisen roolia suorittamalla. Salla piilottaa itsensä myös itseltään hautautumalla arjen kiireisiin. Salla puhuu häpeästä enimmäkseen yleisellä tasolla, seksuaalista väkivaltaa kohdanneille tavanomaisena tunteena. Häpeä näyttää siis olevan Sallalle vähemmän uhkaava ja helpommin käsiteltävissä, kun hän hahmottaa sen jaettuna kokemuksena eikä hän koe olevansa yksin tuskallisten tunteiden kanssa. Tällöin häpeä ei ole myöskään liian intiimi asia haastattelutilanteessa käsiteltäväksi. Häpeän omakohtaisuus on kuitenkin havaittavissa hienovaraisemmista vihjeistä ja riittämättömyyden kokemuksista. Salla puhuu vuolaasti ongelmallisesta tarpeesta miellyttää muita ja siitä, kuinka tunteakseen itsensä hyväksi hänen on jatkuvasti saatava hyväksyntää muilta.

*riippuvainen siitä toisen hyväksynnästä tai jotenki ajattelee että jos toi toinen rakastaa mua tarpeeks niin sitte mä niinku eheydyn siitä tai että on, mmm, et voidakseni pitää itsestäni mun pitää koko ajan olla varma et toi toinen tykkää musta*

Salla kokee siis olevansa riippuvainen muista, ja tämä näyttää ongelmalliselta. Itsenäisen elämän hallinta näyttää kuitenkin selvältä ihanteelta: Salla kertoo hakeutuneensa Tyttöjen Talolle käsittelemään seksuaalisen väkivallan kokemuksiaan vasta siinä vaiheessa, kun tunteiden välttely oli vienyt voimat eikä hän enää kyennyt sinnittelemään ilman apua.

*oli vaan pakko [hakea apua] koska mä rupesin näkemään niin väkivaltasia mielikuvia ja unia ja unettomuutta, ja se kaikki just niinku kierty siihen [raiskaukseen] niin sillon mä niinku päättelin että, nyt on pakko (--), tuntu että arjesta selviytyminen kävi niin mahdottomaks että ei ollu niinku, ei vaan ollu mitään muuta vaihtoehtoo.*

Häpeä kiinnittyy muiden ihmisten tarvitsemiseen useilla tavoilla. Riippuvaisuus muiden hyväksynnästä ja tuesta näyttää itsessään lisäävän itsenäisyyttä tavoittelevan Sallan häpeää. Itsenäisyyden ihanne juontunee individualistisesta kulttuurista, jonka mukaan kunnon yksilö on itsenäinen ja voimakas. Salla näyttää ainakin jossain määrin sisäistäneen tämän ihanteen, ja sen tähden hänen on vaikea kokea itsensä hyväksi, jos on liian riippuvainen muista. Toisaalta Salla ei itseään hävetessään koe ansaitsevansa tukea. Avun hakeminen on Sallalle viimeinen vaihtoehto, jonka käyttöön ottamista hän kokee tarvetta aktiivisesti perustella, ikään kuin hän ei ansaitsisi tukea muuten kuin äärimmäisessä hädässä. Häpeään liittyvä pelko itsen kelvottomuuden paljastumisesta ja hylkäyksistä voimistavat itsenäisyyspyrkimystä.

Välttely liittyy tiukasti häpeään ja arjen kaaokseen: Salla on uupumukseen asti täyttänyt tietoisuuttaan erilaisilla aktiviteeteilla paetakseen ylivoimaisia tunteita. Salla kokee, ettei seksuaalisen väkivallan kokemuksen välttely ole ollut täysin hänen hallinnassaan: hän ei välttämättä saa pidettyä asiaa ”hyppysissään” vaikka yrittäisikin.

*kun se [seksuaalinen väkivalta] on niin vaiettu asia kun se on niin,  
häpeällinen jollakin tapaa, (--) se asia on niinku saippuaa mun mielessä et  
se vaan niinku katoaa jonnekin ja mä en halua enkä pystykään niinku  
mitenkään [käsitlemään sitä]*

Salla ei siis hallitse tilannetta pitämällä tunteensa tiukasti kurissa, vaan ahdistus on saanut hänestä otteen ja hallitsee Sallaa ja hänen arkeaan. Vaikka hän kuvaa edellisessä katkelmassa elämäntilannettaan ennen Tyttöjen Talon tukiprosessia, hän käyttää aikamuotona preesensia. Seksuaalisen väkivallan käsittelyyn tarttuminen näyttää siis yhä vaativan ponnistelua.

Häpeä ja kokemus omasta arvottomuudesta saa Sallan asettamaan toisten tarpeet omiensa edelle saadakseen muilta hyväksyntää.

*ei oo siellä kotona henkisesti tai fyysisesti läsnä, jollon että ei tarviis olla  
itsessään läsnä, ja sitte ihan siinä et haalii vaan sitä tekemistä niin  
saatanasti ettei tarvii ees tulla kotiin ku vasta yöllä ja mennä suoraan*



*nukkumaan, (--) sitte marttyyrina (naurahtaa) raahustaa niihin hirveen väsyneenä että oi että niin ahkerana ja hyvänä.*

Marttyyriuden kokemus viittaa siihen, että Salla pyrkii täyttämään erityisesti naisilta odotettavaa uhrautuvuutta. Samalla Salla pilkkaa tätä pyrkimystä naurahtamalla ja liioittelemalla. Pilkkaan sisältyy uhrautuvuusihanteen kritisointia: Salla kyseenalaistaa ajatuksen, että ollakseen hyvä ja arvostettu ihmisen tai naisen tulisi uhrata oma hyvinvointinsa toisten vuoksi. Sehän tarkoittaisi, että toiset ovat häntä arvokkaampia. Salla on todennut, etteivät itsensä vähättely ja uhraaminen ole tie onneen. Vaikka tunnollisuudella ja muiden vuoksi uhrautumalla täyttäisikin tietyn kulttuurisen ihannenaisen roolin ja saisi sitä kautta hyväksyntää, omien tunteiden ja tarpeiden laiminlyönti tekee tuhoa itselle. Itsearvostus voi johtaa itseä kunnioittavaan käyttäytymiseen, mutta yhteys toimii myös toisin päin: itsensä laiminlyönti vahingoittaa kokemusta omasta arvokkuudesta samankaltaiseen tapaan kuin huono kohtelu muiden ihmisten taholta. Marttyyrikäyttäytymistä voi pitää eräänlaisena piiloisena itsetuhoisuutena, joka seuraa häpeään liittyvästä itseen kohdistuvasta vihasta. Muiden miellyttäminen näyttää siis vahingolliselta kierteeltä: omien tunteiden ja tarpeiden laiminlyönti johtaa paitsi uupumukseen myös vahvistaa kokemusta omasta kelpaamattomuudesta: *mä en oo niinku ymmärtäny sitä et miten niinku, miten mä mun omalla toiminnalla niinku dissaan itteäni.*

Kuten edellisestä oivalluksesta näkyy, Salla on oppinut tunnistamaan häpeäänsä ja sitä, kuinka se vaikuttaa hänen toiminnassaan. Haastattelun lopussa Salla selittää välttävänsä katsomasta minua silmiin, koska ei *uskalla kohdata ihmisiä semmosena ku oikeesti on.* Keskeinen osa Sallan toipumisprosessia onkin oppia kuuntelemaan itseään ja asettamaan oman hyvinvointinsa tarvittaessa sosiaalisten velvollisuuksien edelle. Haastatteluhetkellä Salla tarvitsee muiden ihmisten tukea tehdessään valintoja itsensä hyväksi.

*ku mä oon niin tunnollinen (--) ni sitte just huomaa sen että antaa kävellä ittänsä yli tai et ei niinku kuuntele itteään että, et sit se mun ystävä just sano että ei jumalauta [ajattele itseäsi tässä tilanteessa](hymähtää)*

*tajusin sen että näin on oikein valita joskus itsensä tai pakko laittaa itsensä [velvollisuuksien] edelle*

### **Ihmisten, ajattelun ja kehollisuuden avulla kohti eheyttä**

Edellä kuvattu häpeä liittyy sosiaalisiin suhteisiin, mutta toisaalta sosiaalinen tuki on Sallan keskeinen kulkuväline kohti tasapainoa. Mitä eroa on vahingollisella miellyttämiskierteellä ja parantavalla sosiaalisella tuella? Molempiin liittyy hyväksyntää, mutta jälkimmäisessä keskeisiä ovat Sallan tunteiden kuuntelu ja hänen aktiivinen työskentelynsä, jonka tavoitteena on rakentaa muista riippumatonta itsearvostusta. Hyväksynnän voima on myös suurempi silloin, kun se kohdistuu aiemmin piiloteltuun todelliseen minään eikä epinnallisempaan ahkeran uhrautujan rooliin. Luotettujen ihmisten tarjoama lämpö ja välittäminen sekä ajatteluprosessien tukeminen ja vaihtoehtoisten ajattelu- ja käyttäytymismallien tarjoaminen ovat tässä keskeisiä. Ajatteluun Salla uhkaa myös hukkua, joten sen vastapainona korostuu kehollinen toiminta.

Salla kertoo oivaltaneensa, että hän voi ja hänen pitää ottaa vastaan se tuki ja hyväksyntä, jota muut hänelle tarjoavat. Salla kokee siis tuen aktiivisen vastaanottamisen sekä mahdollisuutena että velvollisuutena. Kokemus omasta mahdollisuudesta vaikuttaa elämäänsä on voimaannuttava, mutta toisaalta läsnä ovat yhä tunnollisuus ja pyrkimys miellyttää muita selviytymällä odotetulla tavalla. Hänen on aktiivisesti *kehitettävä eteenpäin* näin heränneitä *muutoksen alkuja tai jotain ituja*. Luotettujen ihmisten tarjoama lämpö ja välittäminen ovat tämän uuden itsearvostuksen kasvuston siemeniä.

*mä oikeesti uskoin että tuo ihminen [Tyttöjen Talon työntekijä] tarkoittaa mulle näitä juttuja, ja haluaa jollon mä niinku mussa resonoi se että hei mä voin itekin haluta itelleni näitä juttuja (--) saa semmosia niinku, semmosia helliä tönäisyyä jotenki sinne niin sanottuun oikeaan suuntaan (--) mä oon jotenkin nyt vasta tajunnu sen että miten se oikeesti on (naurahtaa) tosi rankkaa työtä (--) mun pitää se kaikki mitä siellä yhdes*

*tehdään ja puhutaan niin kuitenkin jotenkin oikeesti ottaa itteeni niinkun, ottaa vastaan että ne asiat voi niinkun rueta muuttumaan minussa ja mun elämässä.*

Sosiaalinen tuki on Sallalle helliä tönäisyytä kohti rankkaa työtä ja oikeaa suuntaa. Hän ei siis koe tukea pakottavana tai vaativana vaan lempeänä ja empaattisena mutta kuitenkin määrätietoisena kannustuksena. Selviytymisen kuvaaminen työksi kertoo siitä, kuinka paljon panostamista ja pitkäjänteisyyttä muutokset vaativat. Salla ei ole passiivinen hoidokki vaan aktiivinen eheytyjä. Ilmauksella ”niin sanottu oikea suunta” Salla ilmaisee toipumisen tavoitteiden olevan selvillä, vaikka hän samalla kyseenalaistaa niiden itsestäänselvyyden.

Hyväksynnän ja lämmön lisäksi Salla saa muilta tukea ajatteluunsa. Toiset ihmiset validoivat eli vahvistavat hänen kokemuksensa ja tunteuksensa oikeiksi ja hyväksytyiksi, jolloin niistä tulee varmemmin tosia: *oho mä en ookaan tyhmä ja vammanen vaan että tää on aika yleistä että, että ihminen kokee näin*. Itsensä kokeminen tyhmäksi ja vammaiseksi liittyy jälleen häpeään: itseään häpeilevä Salla pilkkaa itse ja pelkää toisten pilkkaavan ajatuksiaan. Kun toiset osoittavatkin ymmärrystä, kokemus on huojentava ja Sallan varmuus lisääntyy.

Kokemusten validoinnin lisäksi toiset ihmiset tarjoavat Sallalle uusia aineksia ajatteluun tarjoamalla *käytännön neuvoja* tunteiden käsittelyyn ja elämänhallintaan sekä abstraktimpia roolimalleja minuuden hahmottamiseen.

*kun rajoja on rikottu niin sitte kun ne rajat on ihan auki näin, niin lilluu täällä vaan ja on epäselvää ja ahdistavaa, mut sitte kun vertaisryhmässä mä nään siinä on ne toiset ihmiset joilla on sama kokemus mun on kuitenkin jotenki helpompi hahmottaa niitä tai niinku ihminen erilaisilla skeemoilla näin sinä oot siinä ja sä oot tämmönen ja näin sä ajattelet, niin silloin mä niinku pystyn peilaamaan siitä itteni mä niinku saan niitä omia rajojani pikkuhiljaa takasin.*

Seksuaalisen väkivallan rikkoman minuuden kohtaamista Salla on pyrkinyt kaikin keinoin välttämään. Toisten seksuaalista väkivaltaa kokeneiden kohtaaminen ei kuitenkaan ole yhtä tuskallista. Vertaisryhmässä Salla voi turvallisesti tutustua toisiin, joilla on samankaltaisia kokemuksia. Sallan silmissä seksuaalinen väkivalta ei leimaa hallitsevasti ryhmän jäseniä, vaan hän hahmottaa heidät yksilöinä, erilaisina persoonallisuuksina, kokonaisina ja koherentteina seksuaalisen väkivallan kokemuksiin. Ryhmän jäsenet toimivat hänelle esikuvina, roolimalleina, joihin samaistumalla hän pystyy rakentamaan käsitystä itsestään.

Positiivinen näkökulma seksuaalisen väkivallan käsittelyssä ja myönteiset tunteet ovat Sallalle korostuneen tärkeitä:

*et mulla voi olla ihan niinku hyvä olla tässä [Tyttöjen Talon] sohvalla se sämpylä kädessä kun puhutaan näistä asioista et se et näistä asioista keskustellaan ni ei just tarkota sitä et mennään johonki, putkaa muistuttavaan tilaan ja sitte niinku kärsitään ja itketään*

Seksuaalisen väkivallan kokemusten ja kielteisten tunteiden käsittely ei siis tarkoita niissä rypemistä, vaan niiden vastavoimaksi tuodaan myönteisiä tunteita, ystävyyttä ja positiivista ajattelua. Tällä tavoin seksuaalinen väkivalta ei ajan myötä ole enää erillinen, inhottava möykky, joka tekee mieli työntää syrjään. Kun kokemukseen yhdistyy myös myönteisiä tunteita, lämpimiä ihmissuhteita ja omia oivalluksia, sen uhkaavuus lieentyä ja se asettuu vähitellen osaksi myönteistä elämäntarinaa ja minäkäsitystä. Tukiprosessin myötä Salla on alkanut käsitellä seksuaalisen väkivallan kokemuksiaan eri tavalla kuin aiemmin. Hän ei enää pyri poistamaan kokemuksiaan tietoisuudestaan vaan järjestämään ne osaksi myönteistä käsitystä itsestään ja elämästään.

*ei tää ehkä oo sitä varten että mä nyt käsittelen nää asiat ja sitte unohdan ne aina vaan että nää kokemukset on muuttanu mua pysyvästi, ja, tai että ehkä mä oon täällä [Tyttöjen Talolla] tutustumassa siihen et millanen ihminen musta on tullu sen takia että mä oon kokenu, (--) mun kohdalla se on sitä et mä opettelen jotenki rakastamaan itseäni*

Seksuaalisen väkivallan sopeuttaminen osaksi omaa elämäntarinaa ja itseä on eri asia kuin stigmatisoiva leimaavuuden kokemus. Stigma leimaa koko minuuden rumalla tavalla. Elämäntarinaa sopeuttaminen on itse asiassa lähes päinvastainen prosessi: seksuaalisen väkivallan kokemusta ei kielletä vaan se tunnustetaan osaksi mutta ei hallitsevaksi osaksi itseä. Lopputuloksena on kokemus myönteisestä, kokonaisesta itsestä, jota seksuaalinen väkivalta ei ole romuttanut vaikka onkin siihen vaikuttanut.

Ajattelun ja konkreettisen kehoallisen toiminnan suhde on Sallan kokemuksessa erityinen. Sallan taipumus luovaan, monipuoliseen, analyttiseen ja reflektivaan ajatteluun näyttää yhtäältä vahvuudelta, mutta johtaa toisaalta myös ylianalysointiin, kaoottisuuden kokemuksiin ja ahdistavaan jumiutumiseen. Tällöin pulppuilevat ajatukset ja merkitykset eivät jäseny, vaan leviävät holtittomasti loputtomiin mahdollisiin suuntiin. Konkreettisella, kehoallisella toiminnalla Salla kokee saavansa asioita paremmin järjestykseen ja hallintaan.

*sen sijaan että mä rauhottusin ja kuuntelin itteeni ja niinkun, keskittysin siihen että miten mä oon tässä ja mitä voin tehdä, niin mä rupeen niinku ajatteleamalla ratkasemaan asioita (--) analysoin kaiken mä jotenki yritän pelastaa itteni semmosen järjeistämisen ja järjeilyn kautta joka oikeesti ajaa vaan täysin umpikujaan. (--) se on ihan loputon suo*

*kaikki kehoallinen toiminta ja semmonen missä on pakko olla hiljaa (hymähtää) (--) järjestää niitä tuntemuksia ja ajatuksia, (--) jotenki eri reittiä pääsee käsittelemään ihan niitä samoja asioita*

Ajattelu voi siis pahimmillaan tuntua epätoivoiselta loputtomassa suossa kahlaamiselta, ratkaisujen sijaan umpikujiin joutumiselta. Reflektointi voi siis viedä paitsi eteenpäin myös kaoottiseen lähtöpisteeseen ja minuuden rajojen hämärtymiseen. Salla pääsee tasapainoon ja kosketukseen tunteidensa kanssa konkreettisen toiminnan ja kehon tuntemusten havainnoinnin kautta: *mun on helpompi olla rehellinen silloin kun tehdään jotain missä ei puhuta.*

### Keho vieraana kotina

Puheessa tuotetut merkitykset voivat jäädä etäälle ruumiillisista kokemuksista (Liimakka, 2012). Salla kokee kehonsa vieraaksi: hän ei aina tunnista eikä kuuntele sen viestejä, hän ei koe olevansa kehossaan läsnä. Kielen ja puheen avulla on mahdollista luoda loputtomasti erilaisia merkitysjärjestelmiä ja tarinoita, joiden vilinässä Sallan ruumiilliset kokemukset hukkuvat. Vaientamalla puheen Salla voi kääntää tarkkaavaisuutensa kehonsa tuntemuksiin ja luoda ruumiin kielellä uusia merkityksiä. Tätä ruumiin kielen merkitysten rakentamisen merkittävyyttä Sallan on vaikea kuvata sanallisesti: hän ei osaa selittää, miten se toimii ja miksi se toimii, mutta sen tulokset tuntuvat kehossa. Kehollisen työskentelyn myötä Salla kokee vähitellen olevansa enemmän läsnä ruumiissaan, ei ainoastaan poukkoilevissa ajatuksissaan ja puheessaan.

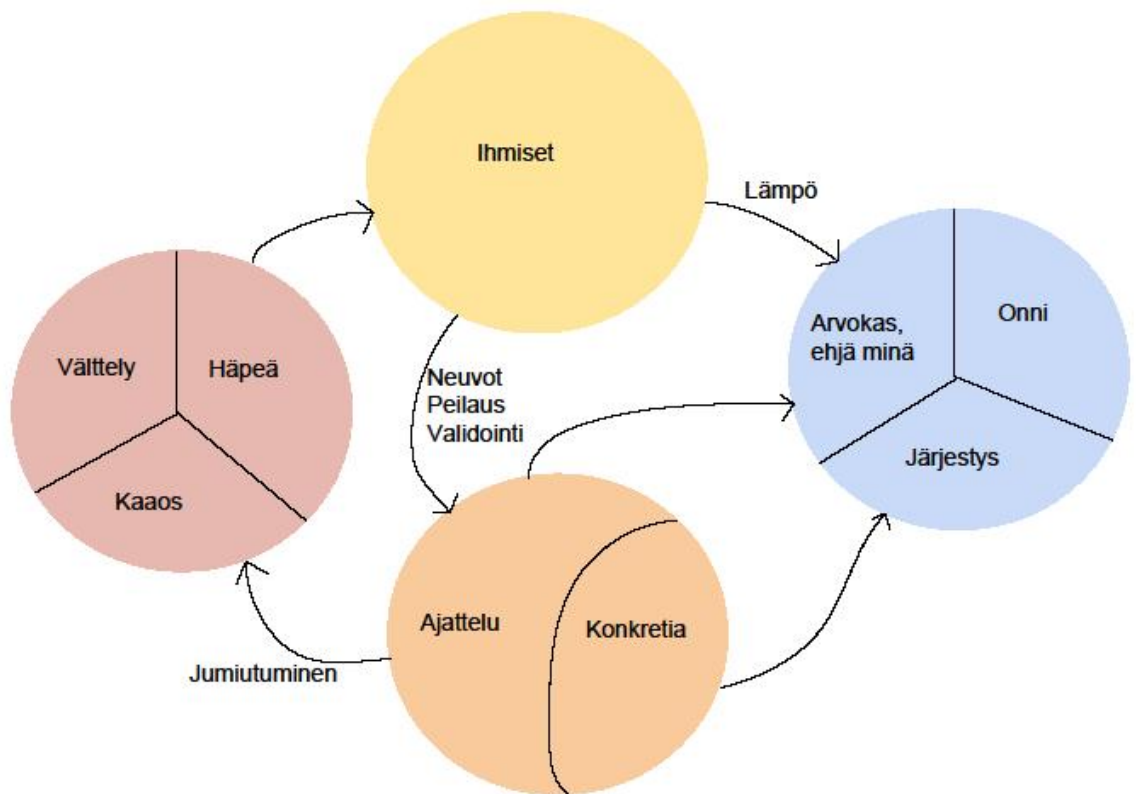
Kartesiolainen dualismi eli ajatus ruumiista ja mielestä toisistaan erillisinä tulee näkyväksi Sallan kokemuksessa. Kenties seksuaalisen väkivallan epäinhimillistävä ja esineellistävä luonne voi voimistaa kokemusta ruumiista itsestä erillisenä esineenä, jonka sisällä varsinainen minä eli henkinen minä asuu tai on vankina. Sallan kokemusta minuudestaan ja ruumiillisuudestaan voisi kuvata talo-metaforan avulla. Kehoon asettumisesta puhuminen antaa ymmärtää, että Salla kokee ruumiinsa vieraana talona josta hän pyrkii tekemään kotinsa. Ikään kuin Salla kokisi kehonsa ahdistavana paikkana, niin että hän painautuu ruumistalonsa nurkkaan ja kurkottaa vielä päätään ikkunasta ulos kohti toisia ihmisiä ja muuta ympäristöä. Toisten ihmisten tarjoama hyväksyntä on kuin valo, jota Salla pyrkii saamaan taloonsa niin paljon kuin suinkin pitämällä ikkunat ja ovet levällään. Samalla ovien ja ikkunoiden aukinaisuus ahdistaa, kun oman ruumiskodin rajat ovat epämääräiset. Aina päivä ei paista, joten riippuvuus ulkoa tulevasta valosta ahdistaa. Siksi Salla tahtoo oppia tuntemaan olonsa hyväksi itseksensä, rakentaa sähkövalot taloonsa. Pimeässä rakennustyöt eivät kuitenkaan onnistu, ja siksi Salla tarvitsee rakentaessaan valoa ulkoa, tukea toisilta ihmisiltä.

Näiden mutkikkaiden prosessien kautta Salla pyrkii kohti rauhaa, tasapainoa, järjestystä ja onnea. Itsearvostuksen ja järjestyksen kokemusten ainekset tulevat osin ulkopuolelta, mutta Salla rakentaa niitä vähitellen osaksi minuuttaan. Häpeän voittaminen, *uskallus näyttää itsensä semmosena kun oikeesti on*, näyttäytyy reittinä eheyteen, mutta prosessi

on kesken. Salla on *vielä tämmönen simpukka tai joku toukka kuoressa* – piilossa ja keskeneräinen – ja tutustuu siksi itseensä turvallisissa ihmissuhteissa Tyttöjen Talolla ja ystävien kanssa. Omien tunteiden välttelyn ja muiden miellyttämisen sijaan Salla opettelee siis tuntemaan olonsa hyväksi omana itsenään, omine tunteineen, omassa kehossaan.

Kuva 1 tiivistää tulkintani Sallan kokemuksesta. Selviytymisen matka etenee vasemmalta oikealle: kaaoksesta, häpeästä ja välttelystä eheyteen, tasapainoiseen onneen. Ihmiset, ajattelu ja konkreettinen kehollinen toiminta ovat yhdessä väyliä kohti tavoitetta, mutta ajattelun jumiutuminen saattaa viedä matkalla myös taaksepäin.

**Kuva 1. Sallan matka kaaoksesta itsensä kuuntelemiseen**



## 9.2 Emman vähittäinen eheytyminen ja romahdukset

Emman kokemus omasta selviytymisestään hahmottuu haastattelutilanteessa jäsenytyneenä, ajassa etenevänä ja vaihteellaisena prosessina kivusta kohti eheyttä. Kipu piirtyy haastattelussa epämääräisenä tuskallisuutena, jota Emma ei kuvaile kovin tarkasti mutta joka kiertyy tiiviisti sosiaalisen yhteyden kaipuuseen ja hylkäyskokemuksiin. Kipuun liittyy hätää, rikkinaisyyttä, itseinhoa, arjen sietämättömyyttä, yksinäisyyttä ja sulkeutumista. Eheys puolestaan tarkoittaa kokemusta omasta arvokkuudesta, rauhasta ja elämänhallinnasta. Yhteys toisiin ihmisiin auttaa vähittäistä eheytymistä, mutta hylkäyskokemukset voivat rikkoa Emman uudestaan. Vahvuus esiintyy haastattelussa monikasvoisena, kipuun, eheyteen, yhteyteen ja hylkäykseen kiinnittyvänä teemana. Emma tarkastelee toipumisprosessinsa aiempia vaiheita reflektoiden tapahtumien syitä ja seurauksia. Emman kokemuksilleen antamat merkitykset vaikuttavat vakailta.

### Yhteys

Kokemukset aidosta yhteydestä muihin ihmisiin ovat Emman prosessissa keskeisiä.

*MV                      Mikä niissä [Tyttöjen Talon yksilö]tapaamisissa niinkun oli erityisen tärkeitä*

*Emma                      (pitkä tauko) Se että toinen välitti, otti aikaa. (tauko)  
Ymmärsi. Osas olla tukena. Ja se luottamus.*

Edellisessä lyhyessä ja huolellisesti harkitussa lausahduksessaan Emma kiteyttää monta intuitiivisesti itsestään selvältä tuntuvaa asiaa. Emma tuntee itsensä tärkeäksi ja arvokkaaksi, kun toinen osoittaa välittävänsä ja käyttää aikaansa hänen auttamiseensa. Ymmärryksestä Emma puhuu toistuvasti myös nähdyksi tulemisen kokemisena: sen kautta pääsee pois eristyneestä yksinäisyydestä ja hänen avun tarpeensa hyväksytään. Rakentavan yhteyden syntyminen edellyttää myös toiselta osapuolelta kykyä olla tukena oikealla tavalla eli Emman tapauksessa kauhistumatta, kiireettömästi läsnä olemalla ja



kuuntelemalla. Luottamus puolestaan on yhteyden edellytys: Emman on luotettava toisen tukevan ja ymmärtävän, ennen kuin hän voi avautua yhteydelle.

Luottamukselliset suhteet ruokkinevat yhteyden kokemusta muidenkin ihmisten kanssa, kun kokemus muiden ihmisten hyvyydestä vahvistuu. Yhteyden kokemus näyttää vahvasti tunnepitoiselta: Emman on vaikea tarkasti selittää tämän lämpimältä tuntuvan yhteyden olemusta.

Emma siis kokee tulevansa vähitellen ehjäksi, kun hän tulee nähdyksi, huomioiduksi, ymmärretyksi ja hyväksytyksi kokonaisena itsenään. Tyttöjen Talon vertaisryhmän jäsenten samankaltaiset kokemukset voivat syventää yhteyden kokemusta.

*Se [vertaisuus] tuo jonkinlaista syvyyttä ehkä siihen ystävyYTEEN. Kun tietää että toinen tietää. Koska se kuitenkin se on tosiasia että se on osa meitä eikä sitä meistä saa pois. (tauko) Hyväksikäyttö. Voi olla ehkä kokonaisempi. (pitkä tauko)*

Emma kokee helpottavana sen, ettei hyväksikäyttökokemuksia tarvitse vertaisryhmässä piilotella tai eristää muusta itsestä tai elämästä erillisiksi. Vertaisryhmässä kokemukset tulevat tunnustetuiksi ja ymmärretyiksi silloinkin, kun niistä ei suoraan puhuta. Tätä kautta Emma kokee tulevansa ymmärretyksi ja hyväksytyksi kokonaisena ihmisenä. Eheytyminen ja itseen tutustuminen tapahtuu vähitellen yhteydessä muihin ihmisiin:

*on ollu se aika ja tila harjotella sietämään sitä arkea (--) vähitellen pystyn aina enemmän ja enemmän ehkä silleen vähitellen pystyny näyttämään et mitkä on ne omat vahvuudet*

Suhteissa toisiin Emma oppii tuntemaan myönteisiä puolia itsestään ja myös tuomaan itsensä näkyväksi sulkeutumisen sijaan. Samalla hän korostaa toipumisen edistymisen epävarmuutta ja hitautta. Epävarmuus juontune aiemmista hylkäyskokemuksista, jotka ovat romahduttaneet Emman itsearvostusta.

## Hylkäys

Yhteyden vastavoimaksi määrittyy hylkäyksen teema, johon lukeutuvat läheisten ihmissuhteiden päättyminen, muut torjuntakokemukset ja avun epääminen. Merkittävä hylkäys saa aikaan romahduksen, joka musertaa vaivalla ja vähittäin rakennetun eheyden.

*Sillon oli pahinta oli jotenkin, se että (--) jos miettii että just on niinku avautunu se semmonen. Et olihan mulla aika iso jotenkin tarve niinkun käsitellä sitä hyväksikäyttöä ja puhua siitä. (--) Mut sitten kaikki (--) sano vaan että ei he edes lähde mun kanssa avaamaan sitä koko asiaa*

Kun tuen ja yhteyden kaipuun on yksin sinnittelemisen jälkeen itse hyväksynyt ja ilmaissut, torjutuksi tuleminen on kivuliasta, häpeällistä. Mitä syvempi luottamus läheisen ihmisen kanssa on muodostunut, sen tuhoisammat ovat torjunnan seuraukset.

*mä sekosin ihan täysin (--) Ja sitä kesti sitten aika pitkään et mä reagoin ja oireilin kauheen rajusti. Tosi itsetuhosesti. (pitkä tauko)*

Itsetuhoinen reagointi hylkäykseen liittyy kipuun, joka saa hylkäyksen hetkellä vallan. Häpeän ja itseinhon tunteet nousevat pintaan ja voimistuvat, kun hylkäävä toinen vahvistaa Emman kokemusta omasta arvottomuudesta. Tämä emotionaalinen reaktio ei näytä hevin lientyvän kognitiivisella työllä. Vaikka Emma tiedollisella tasolla selittäisi torjunnan johtuvan esimerkiksi toisen omasta kyvyttömyydestä käsitellä tunteitaan, tunnekokemus on silti kivulias.

*Vaikka mä jollain tavalla tiedän et se on niinkun hänen [läheisen] semmonen prosessi mitä hänen täytyy käydä vielä läpi ei hän, vaikka voi syyttää mua siitä [hyväksikäytöstä] (--) Kyl mä tiedän et se ei oo mun syytä, ja että kyllä [hän] vielä jossain vaiheessa (hymähtää) tajuaa sen, mut se kun aisti sen sen, vihan (tauko) se oli aika, pysäyttävää. Eihän sitä kukaan toivo että joku vihaa sua niin kauheesti tai on sulle niin suuttunu*

Emman kuvaama pysäyttävyyden kokemus voi liittyä syytöksiä seuraavan häpeän lamaannuttavuuteen. Vaikka Emma puhuu edellisestä kokemuksestaan tyynesti, kevyesti hymähtäen, muisto torjunnasta on yhä tunnepitoinen ja vahva. Syyttävän reaktion selittäminen muusta kuin itsestä johtuvaksi kuitenkin keventää tunnekokemusta. Samaten omien tunteiden selittäminen tilanteeseen nähden normaaleiksi tekee ne ymmärrettävämmiksi ja siten hieman siedettävämmiksi. Hylkäyksistäkin Emma siis on selvinnyt, mutta se vaatii aikaa ja kognitiivista työtä.

Yhteys ja hylkäys liittyvät siis tiiviisti paitsi toisiinsa myös kipuun ja eheyteen. Yhteys lääkitsee yksinäisyyden kipua ja pitää koossa hajanaista kokemusta itsestä. Hylkäys taas rikkoo kivuliaalla tavalla vähitellen rakennetun arvokkuuden ja eheyden kokemuksen.

### **Vahvuus**

Pohdin pitkään vahvuuden merkitystä Emmalle. Emman vahvuus määrittyy haastattelussa pikemminkin vastakohtansa eli haurauden ja pelokkuuden kautta. Toisinaan Emman vahvuus näyttäytyy pakotettuna ja ponnistelua vaativana: *Jotenkin mä sinnittelin (hymähtää)*. Toisinaan vahvuus näkyy myönteisen sävyisenä pystyvyyden ja oman elämän merkityksellisyyden kokemuksina. *Se tuo hyvää mieltä jos pystyy auttaan [ryhmän muita jäseniä]. (tauko) Tulee sellanen olo et sillä on väliä mitä mä sanon tai teen*. Emman on vaikea tavoittaa tai ymmärtää tätä vahvuutta itsessään ja osana toipumisprosessiaan:

*tavallisesti mä oon ollu tosi arka lähtemään uusiin paikkoihin mä oon usein miettiny sitä et kuinka mä uskalsin yksin ihan vieraaseen paikkaan [Tyttöjen Talolle] tulla. Mut ehkä se hätä oli vaan sit tarpeeks iso.*

Miksi siis nostan vahvuuden yhdeksi keskeisistä teemoista? Tarkemmin tarkasteltuna vahvuus näyttää säätelevän koko kokemuksenttää kietoutuen vaivihkaa kaikkiin muihin teemoihin. Vahvuus muistuttaa eheyttä rakentuessaan vähitellen yhteydessä muihin, mutta se kumpuilee myös hylkäyksien ja kivun hetkillä: *Mun piti alkaa löytään itestään sitä jonkinlaista vahvuutta ja tukea. Kun sitä ei enää häneltä saanu.*

Vahvuus näyttää Emman keskeiseltä ihanteelta ja päämäärältä: *sehän on tärkeätä että mä pystyn ite sanoon että nyt nyt on paha olo, et se vastuu pitäis kuitenkin olla.* Missä määrin Emma on sisäistänyt itsenäisyyden ihanteen ja missä määrin kokee sen ulkoa tulevana pakkona? Edellisissä näytteissä Emma kuvaa, kuinka hänen ”piti” löytää itsestään vahvuutta ja kuinka hänellä ”pitäisi” olla vastuu, mikä saattaa kertoa ulkopuolisen paineen kokemuksesta. Tyttöjen Talon tuen julkilausuttu tavoite itsenäisen arjen sujumisesta tuonee osaltaan painetta vastuun ottamiseen ja vahvuuteen. Kuitenkin vahvuus näyttää myös Emman sisäistämältä ihanteelta, koska myös heiveröisenä nähdynksi tuleminen on hänelle kivuliasta:

*mä en säry siihen (hymähtää) et multa kysytään [hyväksikäytöstä].*

*Sitä on aika vaikee kestää jos toinen on niin tosi huolissaan susta.*

*sit kun mä kerroin siitä [hyväksikäytöstä] niin sit tuli semmonen [reaktio kuulijalta]että aa voi ei. Ja ei tommosta reaktiota. Ei sitä halua.*

Emma saattaa kokea kauhistuvan reaktion säälivänä, heikoksi uhriksi leimaavana ja siksi sietämättömänä. Toisaalta kyse voi olla myös siitä, että vahvuutta arvostavan Emman voi olla vaikeaa kohdata muiden ihmisten heikkoutta, kyvyttömyyttä käsitellä kuulemaansa. Itsenäisyyden ihanteen korostumiseen saattaa aiempien kokemusten myötä liittyä myös hylkäyksen pelkoa. Itsenäisyyden ja vahvuuden ihannointi ei kuitenkaan estä Emmaa hyväksymästä avun tarvettaan, vaan Emma pitää riippuvuutta muista välttämättömänä toipumisprosessin vaiheena. Itsenäisyys kuitenkin on toipumisen lopullinen päämäärä.

*voi se olla etten mä ois tässä nytten samassa kohtaa [jos suhde ei olisi päättynyt]. (tauko) En ois ehkä yhtä itsenäinen. (tauko) Mä koen et mä, mä tarviin sen (tauko) sen riippuvuuden (--) ja samalla lailla myös sen (tauko) riippuvuuden loppumisen.*

Emma ei siis näe hylkäyksiäkään yksinomaan vahingoittavina, vaan ne saattavat myös kannustaa toivottuun itsenäisyyteen. Tällä tavoin oman heikkouden ja riippuvuuden hyväksymisestä tulee reitti kohti itsenäistä vahvuutta.

### **Sosiaalinen tuki peilinä ja virtauksina**

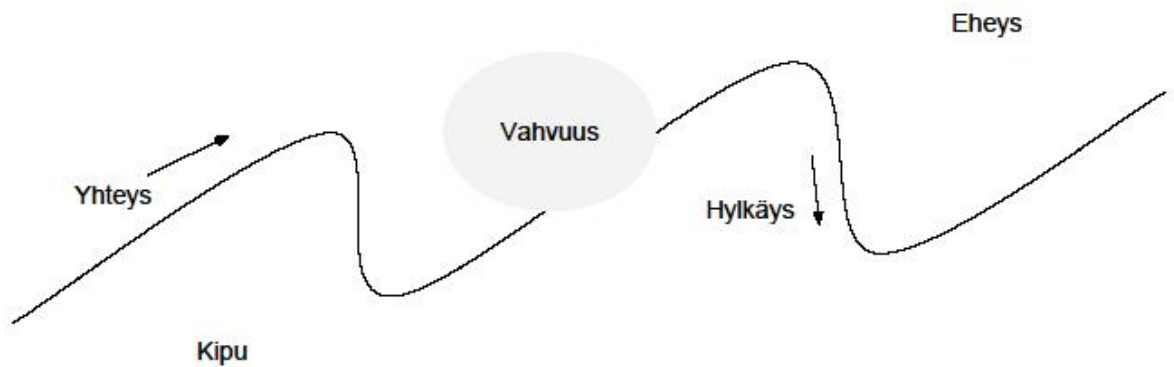
Emman kokemusta sosiaalisen tuen merkityksestä voisi kuvata ainakin kahden erilaisen vertauskuvan avulla: peilin ja virtausten. Sosiaalinen tuki on eräällä tapaa Emmalle kuin peili, josta hän näkee oman kuvajaisensa. Jos toiset ihmiset pitävät häntä heiveröisenä tai kokevat hänen tarinansa kauhistuttavan pelottavana, he heijastavat kuvajaisen, jota Emma ei kestä katsoa. Jos taas kuvajainen näyttää Emman kokonaisena ja hyvänä, Emma voi vähitellen tarkastella kuvajaistaan ja harjoitella tuntemaan sitä omakseen. Jos taas toinen ihminen hylkää eli peili särkyi, Emman kokemus itsestään hajoaa sirpaleiksi. Koska hylkäyksen uhka on todellinen, riippuvaisuus muista ihmisistä on välttämättömyydestään huolimatta ongelmallista. Itsenäinen vahvuus on Emmalle eheyden lailla ihannetila, jota kohti hän pyrkii mutta jonne päästäkseen hän tarvitsee yhteyttä muihin.

Peilimetafora kuvaa hyvin sitä, kuinka Emma kaipaa toisten ihmisten vahvistusta kokemukselleen itsestään, kuinka tuskallista leimaava kohtelu on ja kuinka hylkäykset murskaavat hänet. Toisaalta sosiaalista tukea voisi kuvata myös lämpimiksi ja myrkyllisiksi virtauksiksi. Yhteys muihin tarkoittaa hyväksikäytön käsittelyn ja sosiaalisen tuen virralle avautumista. Koska yhteyden avautumisessa piilee hylkäyksen vaara, Emma on mieluummin sulkenut hyväksikäyttökokemuksensa muiden ulottumattomiin sinnittelemällä vahvana ja torjumalla ne mielestään. Vasta kun niihin liittyvä ahdistus on ryöpsähtänyt hallitsemattomaksi, Emma on löytänyt itsestään toisenlaista vahvuutta: rohkeutta avautua muiden tuelle. Yhteys muihin näyttää joltakin lämpimältä, valoisalta ja tunnepitoiselta hyvältä, joka näin voi virrata Emman sisään. Riippuvaisuudesta päästäkseen Emma rakentaa itseensä kanavia, joissa tämä lämmin hyvä voi jäädä pysyvästi virtaamaan. Kanavien avaaminen yhteydelle on samalla riski: yllättäen hylkäyksien hetkillä sisään voikin virrata myrkkyä, joka jää hyväksikäytön

kovertamiin uomiin kiertämään ja tekemään tuhoaan. Myrkyn poistaminen vaatii aikaa ja työtä.

Kuvassa 2 Emman toipuminen etenee vasemmalta oikealle, kivusta eheyteen. Kuva ei kerro eheidä ja kivuliaiden vaiheiden pituuksista tai määrästä, mutta nousujen loivuus ja romahdusten jyrkkyys kuvaavat eheytyksen vähittäisyyttä ja romahdusten murskaavuutta. Kaikkiin muihin teemoihin kiinnittyvän vahvuuden teeman sijoitin omaksi kokonaisuudekseen kuvan keskelle.

### Kuva 2. Emman vähittäinen eheytyminen ja romahdukset



### 9.3 Kiltti ja avuton Anna

Voinko sanoa Annaa avuttomaksi? Tarkoitukseni ei ole leimata Annaa kyvyttömäksi uhriksi. Avuttomuuden teema kuitenkin on haastattelussa keskeinen. Vaikka Anna toisaalta kokee avuttomuuden vastenmieliseksi ja vastustaa sitä korostamalla omaa vastuutaan, hän näyttää myös kaipaavan muiden myötätuntoisesti hyväksyvän hänen neuvottomuutensa. Ulkopuolisuutta ja avuttomuutta tuntevan Annan tilanne hahmottuu jokseenkin pysähtyneenä tulevaisuuteen liittyvistä toiveista huolimatta. Akuutti hätä on ohi. Varovaiset toiveet normaalista elämästä ja muiden joukkoon sopeutumisesta

näyttävät jokseenkin etäisiltä, eikä Annalla ole selvää käsitystä siitä, miten ne voisi tavoittaa. Silti Anna kokee olevansa vastuussa elämänsä hallinnasta. Vastuun kokemus tuo voimaa, mutta kiertyy samalla itsesyytöksiin. Tyttöjen Talon tarjoama huolenpito auttaa avuttomuuden hetkillä.

Kiltteyden teema on Annan kokemusten pohjavireenä. Anna kokee kiltteyden pysyväksi persoonallisuuden piirteekseen, joka vaikuttaa monella tavalla hänen elämäänsä.

Kiltteys näkyy vaatimattomuutena sekä tahtona ja taipumuksena huomioda muiden tunteet: *mun luonne on semmonen kauheen niinku et (naurahtaa) mä en haluu niinku loukata ketään tai olla ilkee kellekään*. Anna ei erittele tarkemmin, pitääkö kiltteyttään pohjimmiltaan myönteisenä vai kielteisenä piirteenä. Joka tapauksessa hän kokee sen pysyväksi ominaisuudekseen eikä hän pohdi mahdollisuuksia muuttaa sitä. Selvästi hän kuitenkin kokee kiltteyden vaikeuttavan elämäänsä ja esimerkiksi seksuaaliselta väkivallalta suojautumista: hänen on vaikea kohdella torjuvasti ihmisiä, joista hän ei ole kiinnostunut ja jotka kohtelevat häntä huonosti. Tällä tavoin Anna selittää seksuaalisen väkivallan kokemuksiaan osin omilla luonteenpiirteillään. Kiltteyteen kiertyy siis taipumus itsesyytöksiin, vaikkei Anna puhu suoraan syyllisyyden tunteista. Itsesyytökset näyttävät juurtuneen Annan tapaan jäsentää kokemuksiaan.

Anna ei tahdo sanoa pahaa sanaa myöskään saamastaan tuesta, vaikka kokeekin sen riittämättömäksi. Hän ilmaisee kiitollisuutta eikä vaadi enempää, koska ajattelee osin itse aiheuttaneensa ongelmansa.

*ehkä joku asia ois sitte erilailla jos mä oisin saanu enemmän [tukea] mut. (--)) mä luulen et se on aika paljon niinku musta kii sillee, mun pitäis ehkä olla sillee (naurahtaa) varovaisempi ja sillee niinku mut. Mut sillee kuitenkin on saanu jonku verran. Et se on niinku hyvä parempi ku ei mitään (naurahtaa).*

Kokeeko Anna sisimmässään ansaitsevansa enemmän huolenpitoa, vaikkei vaatimattomuuttaan sanokaan sitä ääneen? Näin saattaa olla, sillä Anna kuitenkin kuvaa kokemustensa vakavuutta toistuvasti.

Anna liittää kiltteyden luonteeseensa, mutta nähdäkseni se liittyy myös kulttuurisiin ihanteisiin eli niin sanotun ”kunnon tytön” rooliin: tytön ei kuulu vaatia ja pitää puoliaan äänekkäästi. Anna näyttää sisäistäneen, että tyttöä arvostetaan ja hänestä huolehditaan, jos hän on kiltti muille. Vaikka tämä ei aina ole toteutunut ja Anna onkin alkanut nähdä kiltteyden hankalana ominaisuutena, hän ei koe mahdollisuutta muuttaa asiaa. Sen sijaan Anna pyrkii välttämään vaikeuksia, jotta ei joutuisi ”vaivaamaan” muita apua pyytämällä.

Kiltteys ja siihen liittyvä avuttomuus herättävät Annassa myös kielteisiä tunteita, joille hän ei kuitenkaan koe voivansa tehdä mitään.

*Silleen tavallaan mua ärsyttää etten mä tehny ikinä kaikista niistä mitä se teki niin nostanu syytettä. (--) emmä sillee oo uskaltanu ennen ja se on nyt niinku liian myöhästä. Muutenki must vähä tyhmää alkaa sit niit vanhoja kaivelee.*

Anna kuvaa, kuinka häntä ärsyttää hänen oma toimintansa. Tässäkin kohtaa Annan syytös ja ärsyyntyminen kohdistuvat hänen omaan toimintaansa. Samalla Anna osoittaa ymmärrystä itseään kohtaan todetessaan pelokkuutensa. Miksi ”vanhojen kaivelu” on typerää? Kenties Anna haluaa jo jättää kokemukset taakseen. Kun ne kuitenkin yhä herättävät hänessä tunteita, kyse voi olla myös vähättelyn ja syytösten pelosta: eihän kiltti tyttö kanna kaunaa. Kenties Anna kokee painetta antaa anteeksi ja unohtaa. Annan suuttumusta siis lannistaa hänen kiltteytensä: hän laittaa toisten tunteet omiensa edelle, vaikka tunteekin kohdanneensa suuria vääryyksiä. Kun Anna vielä toteaa yksioikoisesti, että asialle on myöhäistä tehdä mitään, kokemus lannistuneisuudesta näyttää vahvalta. Avuttomuus onkin nähdäkseni keskeisin haastattelun teemoista ja muodostaa jännitteen omaa vastuuta korostavan teeman kanssa.



### Avuton ja vastuussa

Annan avuttomuuden, neuvottomuuden ja lannistuneisuuden kokemukset tulevat haastattelussa ilmi monilla eri tavoilla. Avuttomuus ja passiivisuus näkyvät usein Annan sanavalinnoissa: asioita tapahtuu ja tehdään hänelle. Avuttomuuteen liittyy myös petetyksi tulemisen kokemuksia. Ihmiset toimivat häneltä kysymättä tai hänen tahtonsa vastaisesti. Näistäkään Anna ei puhu suuttuneena vaan lähinnä ihmetellen toteaa muiden käyttäytyneen niin. Toisaalta Anna kokee myös helpottavina jotkut tilanteet, joissa hänen ei tarvitse ottaa vastuuta ja tehdä päätöksiä.

Anna kokee itsensä kyvyttömäksi muodostamaan uusia läheisiä suhteita seksuaalisen väkivallan rikkomien tilalle. Läheisyys edellyttää luottamusta, joka ei synny helposti useiden pettymysten jälkeen. Vertaisryhmässä toiset ovat koettaneet auttaa häntä tässä ehdottaen, miten hän itse voisi muuttua helpommin lähestyttäväksi.

*me on vähä sitä [vertaisryhmässä] toteiltu että tai no niin no niittenki tai kaikki sanoo et se on varmaan sit jotenkin miten sen joku viesti tai emmä mun mielestä istu siellä tällee jossain nurkassa vaan ihan sillee. Mut kyl se kaikki on mulle vaan et mä oon kauheen, joteki silleen etten päästä kauheen lähelle ihmisii, emmä sitä kyl mun mielestä sillee tahalleen tee mut mä en vaa osaa jotenki muuttaa sitä*

Anna on epävarma, onko käyttäytymisestään samaa mieltä muiden kanssa. Alkuun hän puhuu meistä: me yhdessä olemme toistuvasti todenneet, että ehkä vaikutan torjuvalta muita kohtaan. Kuitenkin hän samaan hengenvetoon selvästi ilmaisee olevansa eri mieltä muiden kanssa: ei hän omasta mielestään käyttäydy torjuvasti. Kuitenkin kun ”kaikki” sanovat hänelle niin, hän ei tunnu voivan muuta kuin hyväksyä tämän tulkinnan todeksi. Anna näyttää jäävän alakynteen, vaikka ymmärtää ja puolustaa itseään: ei hän tee sitä tahallaan. Silti hän kokee vastuukseen onnistua muuttamaan käyttäytymistään muiden odottamalla tavalla. Normatiivinen paine voi myös ahdistaa, vaikka neuvoja pitäisikin perusteltuina.

*No kyllähän on ihmiset sanonu, syitä mistä saattaa mikäki johtuu sillee, kyllä niist joku voi pitää paikkansa mut en mä silleen niinku, eipä ne mielipiteet mua mitenkään auta koska emmä jotenkin osaa muuttaa sitä [omaa käyttäytymistä] sit mitenkään et se ahdistaa silleen. (naurahtaa) Ei voi mitään sitte. Tai kai mä sit jossain vaiheessa ehkä (naurahtaa).*

Muutoksen mahdollisuuksien pohdinta päättyy tässä avuttomaan umpikujaan, vaikka Anna keventääkin ilmaisuaan naurahtamalla ja toiveikkaalla loppukaneetilla. Kokeeko Anna toivoa vai tahtooko hän jälleen olla kiltti tyttö toivottoman tapauksen sijaan? Kyse voi olla molemmista, mutta joka tapauksessa keinoja saavuttaa tätä tavoiteltavaa muutosta Anna ei nimeä.

Joskus Anna ei koe muiden neuvoja hyödyllisiksi, koska ne eivät tarjoa hänelle uusia oivalluksia vaan tuntuvat itsestäänselvyyksiltä.

*Kyllähän niinku täällä [Tyttöjen Talolla] on sillee sanottu että semmosta ja tommosta ei pitäis hyväksyä blablablablaa, mut kylhän mä silleen omas pääs tiiän et mitä ei sais hyväksyy ja mitä sais*

Edellisessä näytteessä Anna korostaa vastuustaan: hän tietää itse kuinka toimia. Hän turhautuu, jos muut asettavat hänet alleviivaavat hänen avuttomuuttaan olettamalla hänet vielä neuvottomammaksi, kuin hän itse kokee olevansa. Vaikka Anna avoimesti kertoo tuntevansa itsensä neuvottomaksi monissa tilanteissa, avuttomuus on hänestä vastenmielistä paitsi itsessä myös muissa.

*Mulla on ollu monesti silleen et niinku, jotenki ku joku kertoo jonku asian tai semmosen ongelman, enhän mä tietenkään sano sille sellasta mut siis mun mielestä se kuulostaa jotenki et mä en ymmärrä sitä (hymähtää) niinku ne on se on niille jotenkin niin maailmanloppu et itkuu tyyliin vääntää siinä et mä oon siinä et oikeesti onks toi sun suurin ongelma (naurahtaa) tai sillee, mut enhän mä tietenkään sille sano et no eihän toi oo yhtään mitään*

Kuitenkin Anna on kiltti ja huomioi toisten tunteet pitämällä huvittuneisuutensa salassa muilta.

Avuttomuuden kokemuksiin yhdistyneenä näyttää ongelmalliselta, että Anna samalla korostaa olevansa itse vastuussa seksuaalisen väkivallan välttämisestä ja elämänsä hallinnasta: *mä luulen et se [seksuaaliselta väkivallalta välttyminen] on aika paljon niinku musta kii sillee, mun pitäis ehkä olla sillee (naurahtaa) varovaisempi*. Oman toiminnan ja vastuun merkityksen korostaminen tuo Annalle voimakkuuden ja toimijuuden kokemusten lisäksi syyllisyyttä, ahdistusta ja lannistuneisuutta. Toisaalta Anna tahtoo itse ottaa vastuun, mutta toisaalta hän näyttää kokevan vastuun kantamiseen painetta ulkopuolelta.

*ehkä mä osaan nyt enemmän silleen pitää mun puolii tai sillee et en hyväksy enää niinku (huokaa) sillee et mulle annetaan vaan tehä kaikkee, että voin mennä sinne poliisiin tai tollast jotain kaikkee ... jos tapahtuu jotain. Et ei pidä vaan sillee jättää kaikki siihen olla tekemät mitään.*

*MV Minkälaista kaikkee*

*Anna No jos joku tekee jotain semmost mikä on vaik jotenki (hymähtää) rikollista niin voi sitte niinku mennä poliisiin, ja tietenkii pitää yrittää välttää sellasii tilanteita. Ettei tulis mitään sellasii väärinkäsityksiä tai (hymähtää) tai mitään muutakaan et sillä tavalla (hymähtää) kattoo et minkälaisissa porukoissa liikkuu. Kaikkee tollasta. (pitkä tauko)*

Anna sanoo, että vastuuta ”pitää” ja toisaalta ”voi” ottaa, siihen siis liittyy sekä normatiivista painetta että toimijuuden mahdollisuuksia. Anna kokee ainakin jossain määrin kykenevänsä täyttämään näitä odotuksia, mutta huokausten ja hymähdysten säestämä kuvaus luo kuvaa pikemminkin pakotetusta kuin voimaantuneesta toimijuudesta.

Mitä Annan sitten pitää tehdä tai mihin hän voi vaikuttaa? Oman vastuun rajat hahmottuvat Annalle epäselvinä.

*mut sehän on sit mun niinku tavallaan itestäni kii et annanks mä sit  
tapahtuu vai en tai sillee ... tai no ei tietenkään siihen pysty jos joku hitto  
raiskaa sut ni et sä siihen voi itte vaikuttaa mut just parisuhdeasiois ja  
tollasis niinku voi vaikuttaa sillee mitä sä hyväksyt siinä suhteessa tai mitä  
sä et ja sitte semmonen pitää lopettaa jos ....*

Anna tasapainoilee vastuun kysymyksessä kuin keinulaudalla. Laudan toisella puolella painaa uhrin syyttömyyttä painottava diskurssi, toisella puolella uhria syyllistävä ja vastuuttava diskurssi. Vaikka Anna ajattelee, ettei seksuaalinen väkivalta ole uhrin syy, hän kokee olevansa vastuussa pitämään huolen siitä, ettei häntä kohdella kaltoin. Jos tapaus on selkeästi nimettävissä raiskaukseksi, tekijän vastuuttaminen on Annalle itsestään selvää, mutta epäselvemmissä ja hienovaraisemmissa tapauksissa tilanne on mutkikkaampi. Erityisen pulmalliselta vastuun ristiriita vaikuttaa parisuhteen kontekstissa, jossa Anna pitää vastuutaan suurempana. Parisuhteessa koettua kaltoinkohtelua on vaikeampi laittaa tekijän syyksi, koska parisuhteen keskiössä ovat luottamus (ks. Näre, 2000) ja oletukset tasa-arvosta, yhteisymmärryksestä ja vastavuoroisuudesta. Lisäksi naisen rooliin parisuhteessa ja yhteiskunnassa kuuluu myös muista huolehtiminen. Kiltin Annan voi olla parisuhteessa vaikea hahmottaa, mitä hän haluaa itse, mitä hän haluaa tehdä toisen mieliksi ja missä menee se raja, jonka jälkeen mieliksi tekeminen tekee pahaa itselle. Kun rooliodotukset kietoutuvat yhteen parisuhteeseen liittyvien myönteisten tunteiden ja mielikuvien kanssa, rajanveto loukkaavan ja sopivan toiminnan sekä oman ja toisen vastuun välille on vaikeaa. Niinpä Anna keinuu keinulaudalla osaamatta päättää, kummalle puolelle kallistuisi eli mihin nämä rajat piirtäisi. Kun hän on epävarma tulkinnoistaan, muiden ihmisten mielipiteet luultavasti voivat keikauttaa lautaa kumpaan suuntaan tahansa.

### **Erilaisesta normaaliksi**

Oman vastuun rajaaminen ja muutosten aikaan saaminen on siis vaikeaa. Mitä sitten ovat ne muutokset, joita Anna toivoisi? Annan keskeisenä toiveena on sopeutua muiden joukkoon ja tuntea itsensä ja elämänsä normaaliksi. Anna on seksuaalisen väkivallan kokemusten jälkeen erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä tuntenut olevansa erilainen

kuin muut. Seksuaalinen väkivalta ja sen salailu ovat eristäneet häntä muista samanikäisistä.

*mul oli hirvee niinku (hymähtää) etten kuulunu oikeen joukkoon silleen  
niinku olo, koska mä olin enemmän nähny kaikkee (hymähtää) käyny läpi  
kaikkee (--) tiätsä sillee emmä niinku yhtää sopinu siihen*

Kokemus muiden joukkoon sopimattomuudesta kertoo paitsi erilaisuuden myös vääränlaisuuden kokemuksesta. Anna ei kyseenalaista muiden asettamia normeja eikä koe erilaisuuttaan myönteisenä ainutlaatuisuutena, vaikka näyttääkin tuntevan varovaista ylpeyttä selviytyttyään raskaista kokemuksista. Anna ei koe itseään erityiseksi vaan ulkopuoliseksi, eikä hän syytä tästä muita vaan omaa erilaisuuttaan.

Tämän erilaisuuden kokemuksesta ja salailusta juontuvan yksinäisyyden vastakkaisena, tavoiteltavana ihannetilana piirtyy tavallisuus, normaalius. Anna vertaa itseään lähipiiriinsä ja toivoo itselleen samanlaista elämää. Toiset ihmiset siis vaikuttavat vahvasti siihen, mitä Anna elämässään tavoittelee. Kuten avuttomuutta ja vastuuta käsittelevässä luvussa totesin, normatiivisista tavoitteista jääminen myös ahdistaa Annaa. Vaikka Anna uskookin toiveiden toteutumisen parantavan elämäänsä, ne näyttävät toisaalta muiden tarjoamalta muotilta, johon Anna ei tunne sopivansa. Haastatteluhetkellä Anna kertoo kuitenkin kokevansa elämänsä jo pääpiirteissään normaaliksi:

*ihan silleen niinku hyvin (hymähtää) normaalia elämää et on sillee ei tee  
mieli alkaa tekee kaikkee (hymähtää) tyhmyyksiä tai sillee sotkeentuu siis  
alkaa tyyliin käyttää jotai aineita tai mitää itsetuhoisuutta*

Vaativuutta näkyy Annan toiveissa: hän ei haaveile ylitsepuolellevasta onnellisuudesta vaan toivoo varovasti voivansa olla kuten muutkin ja välttävänsä ikävyyksiltä. Ikävyydet kuitenkin näyttävät hänestä lähes väistämättömiltä, sillä Anna kokee yhä vetävänsä puoleensa kaltoinkohtelua.

*mä oon jotenki kauheen (naurahtaa) huono-onninen näissä [seksuaalisen väkivallan] jutuissa ni aina tulee kohalle tollasia. Jotenki enemmän ku muille must tuntuu (naurahtaa). (--) kai mussa on joku (hymähtää) magneetti sitten.*

Erilaisuuden kokemus liittyy siis jälleen tiiviisti edellä käsiteltyyn avuttomuuteen. Anna selittää seksuaalista väkivaltaa omilla ominaisuuksillaan. Anna ei kuitenkaan sano olevansa itse magneetti, vaan että jokin hänessä on magneetti. Anna ei siis näytä kokevan itseään kokonaisuudessaan ”vialliseksi”, mutta toisaalta hän ei näytä keksivän keinoja poistaakaan tätä mystistä magneettia. Magneetti tuntuu olevan Annalle jotakin muuta kuin kiltteys: kiltteys vaikeuttaa seksuaalisen väkivallan vastustamista, mutta magneetti vetää kaltoinkohtelua puoleensa. Kokemus liittyy seksuaalisen väkivallan leimaavuuteen. Anna on alkanut kokea olevansa jollakin selittämättömällä tavalla sellainen, jota kohdellaan huonosti. Aivan kuin hän kokisi sen luonnolliseksi ja väistämättömäksi, vaikkei varsinaisesti sanokaan ansaitsevänsä sitä. Anna ei ilmaise itseinhoa vaan avuttomuutta, hän ei koe voivansa asialle mitään. Magneetti muodostaa jännitteen tavallisuuden kaipuuseen liittyvien parisuhdehaaveiden kanssa. Anna kaipaa miehiltä huomiota ja on siitä imarreltu, samalla kun on varuillaan ja kokee toistuvia pettymyksiä.

### **Huolenpito ja kiintymys**

Erilaisten vastoinkäymisten toistuessa Tyttöjen Talo on Annalle tärkeä turva, jonka puoleen voi aina kääntyä ja johon hän on kiintynyt. Myös vastuun ja avuttomuuden välillä tasapainoilu liittyy Tyttöjen Talon tarjoaman tuen merkityksiin. Tyttöjen Talon tuen vastaanottaminen voi tuntua vastenmieliseltä, koska silloin Annan oma avuttomuus tulee näkyväksi.

*eka mä olin vähän sitä vastaan mä aattelin et hitto jotai kunnon terapiointii et en haluu (naurahtaa) et niinku parempaaki tekemistä mut sillee, kyl ne [Tyttöjen Talon yksilötapaamiset] oli iha hyviä sit*

Anna ei halua asettua avuttoman ”potilaan” rooliin. Terapiadiskurssissa tätä kutsutaan mielestäni jossain määrin holhoavasti vastustukseksi: ikään kuin terapiaan kriittisesti suhtautuva ei vain ymmärtäisi omaa parastaan. Muiden elämäalueiden merkityksen esiin tuomisen voi nähdä patologisoivan, holhoavan leimaamisen vastustamisena: Anna huomauttaa, ettei seksuaalinen väkivalta täytä hänen koko elämänsä vaan hänessä ja hänen elämässään on muutakin. Toisaalta Anna tulkitsee käyttäytymisensä nuoruuden kapinallisuudeksi.

*mä olin jotenki niin (hymähtää) tyhmä teini et mä aloin, hitto ärsyttää et se [Tyttöjen Talon työntekijä] soittelee koko ajan (naurahtaa) enkä sit vastannu sille ees puheluihin. Mut kyl mä sit jälkeenpäin arvostan (naurahtaa) sitä kuitenkin*

Tyttöjen Talon työntekijä näyttää siis toimivan osin vanhemman roolissa: turvallisena tahona, joka ei jätä vaan pitää huolta kapinoinnista huolimatta. Vaikkei Anna aina koe toisten neuvoja hyödyllisiksi, luotettavien ihmisten läsnäolo ja huolenpito ovat avuttomuuden hetkillä Annalle tärkeä turva. Tyttöjen Talon merkitys korostuu, koska Annan läheiset eivät osoita tukea vaan syytöksiä.

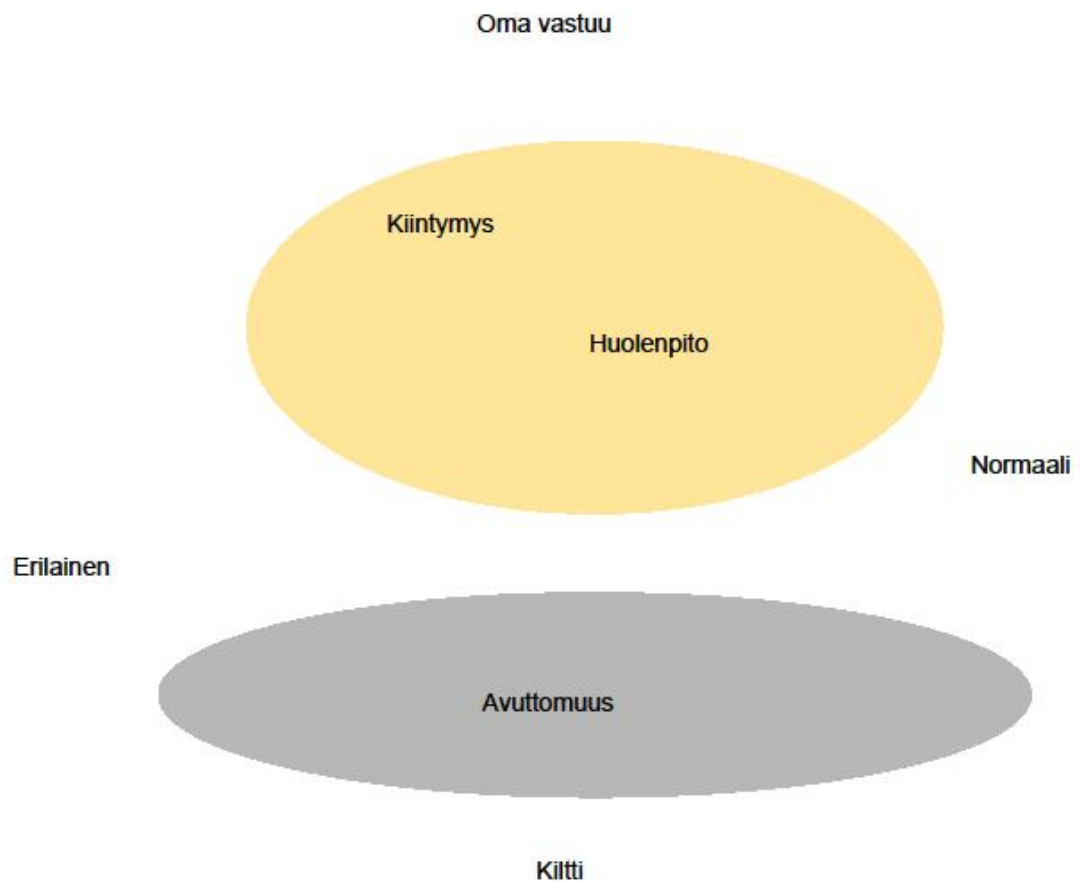
*mä en oikeen tiiä kenen puoleen kääntyä mitä mä sillee teen jos on just joku tommonen niinku, vaikee tilanne tai tapahtunu jotain, ni sit on kuitenkin [Tyttöjen Talolla] joku kenen niinku puoleen voi kääntyä,*

*ei ne [läheiset] pysty niinku ymmärtään niillon vähä sellanen periaate et jos sulle tapahtuu jotain ni se on sun oma vika (hymähtää) ja sillee, ei niit oikeen kiinnosta. (pitkä tauko).*

Sosiaalisen tuen merkitys näkyy Annan kohdalla siis ensisijaisesti turvallisuuden tunnetta tuovana läsnäolona ja huolenpitona. Toisten tarjoamat neuvot ja tulkinnat Anna sen sijaan tuntuu kokevan painostavina ja avuttomuuden kokemusta vahvistavina, kuten avuttomuutta ja vastuuta käsitellessäni edellä totesin. Tyttöjen Talon tuki on kuin maaperä, jolla Anna seisoo, mutta jaloillaan Annan on pysyteltävä itse.

Kuva 3 tiivistää tulkintani Annan kokemuksesta ja etenee jälleen vasemmalta oikealle, erilaisesta normaaliin. Eteneminen ei kuitenkaan ole suoraviivaista ja määrätietoista, vaan pikemminkin haastattelussa hahmottuu kokemus tilanteen staattisuudesta ja etenemisen epävarmuudesta. Keskeisen avuttomuuden vastakohtaksi tulee oman vastuun teema, joka on kuitenkin avuttomuuden kokemusta häilyvämpi ja siksi kuvan reunalla. Avuttomuutta lisää kaiken pohjalla oleva kiltteys, mutta Tyttöjen Talolla koettu kiintymys ja huolenpito puolestaan helpottavat sitä.

**Kuva 3. Kiltti ja avuton Anna**





## 9.4 Tavallisuutta tavoitteleva Kaisa

Kaisan haastattelun keskeisimpänä teemana hahmottuu tavallisuus. Tyttöjen Talon ja läheisten tuki vahvistaa Kaisan kokemusta itsestään tavallisena, normaalina. Kaisan toipuminen etenee ajassa häpeän, syyllisyyden, pelkojen ja voimattomuuden sävyttämästä ahdistuksesta kohti itsenäistä ja tasapainoista, tavallista elämää. Oman leimansa prosessiin tuovat elämäntilanteen muutokset, joiden keskellä Kaisa pohtii identiteettiään. Kaisa käyttää tukiprosessista puhuessaan vaihtelevasti preesensiä ja imperfektiä. Toipuminen on siis kesken, mutta toisaalta jo taakse jäänyt vaihe. Kaisa on *periaattees suurimmaks osaks käsitelly silleen aiheet niinku, ittensä kanssa.*

### Tyttöjen Talo ja läheiset

Kaisan kohdalla Tyttöjen Talon ja läheisten tarjoama sosiaalinen tuki hahmottuvat toisistaan erillisinä mutteivät eristyneinä: vaikka seksuaalisen väkivallan käsittely tapahtuu lähes yksinomaan Tyttöjen Talolla ja muu elämä jatkuu mahdollisimman tavallisena, Kaisa kokee voivansa olla molemmilla elämänalueilla avoimesti oma itsensä. Tyttöjen Talolla hän voi puhua arkielämänsä asioista, eikä toisaalta seksuaalista väkivaltaa tarvitse salata läheisiltä.

*[Tyttöjen Talolla] puhuttiin kaikesta ja ettei aina (hymähtää) tarvii puhuu siitä mitä on itelleen käyny et kiva et voi (hymähtää) puhuu muustakin välillä.*

Kaisan ei ole Tyttöjen Talolla tarvinnut olla ahtaassa uhrin, potilaan tai asiakkaan roolissa, vaan koko hänen persoonallisuutensa on saanut olla läsnä. Kaisa ei koe, että tuella hoidetaan hänen oireitaan vaan häntä. Tyttöjen Talolla Kaisa voi käsitellä kokemustaan murehtimatta muiden kuormittamista.

*jos [läheisille] pelkästään puhuu niinku omista asioistaan ni, niinku (naurahtaa) neki jossain vaiheessa kyllästyy siihen, et mä niinku aina vaan puhun huonoista asioista.*

Läheisten kanssa seksuaalisesta väkivallasta puhumiseen liittyy siis uhka suhteen kärsimisestä, mutta erityisesti tytöiltä ja naisilta tavallisesti odotetaan muista huolehtimista. Kaisa ei tahdo eikä voi syvemmin käsitellä seksuaalista väkivaltaa läheistensä kanssa, vaan Tyttöjen Talon ulkopuolella Kaisa tahtoo jatkaa elämäänsä *mahdollisimman normaalisti*. Näin seksuaalinen väkivalta ei leimaa koko elämää, vaan suhteet läheisiin säilyvät hyvinä tai jopa paranevat aiempaa tiiviimmän yhteydenpidon myötä: *ei tarte ottaa asiaa [raiskausta] puheeks ni ihan normaalit, samanlaiset välit ku ennenki, ehkä vähän paremmat*. Läheiset kuitenkin pääpiirteissään tietävät Kaisan kokemasta, ymmärtävät kokemuksen vakavuuden ja kuormittavuuden ja ovat läsnä. Näin Kaisa voi olla avoimesti oma itsensä myös läheisten kanssa, tuntematta yksinäisyyttä tai eristyneisyyttä.

Tämä Tyttöjen Talon ja muun elämän erillisyys vaan ei eristyneisyys näyttää auttavan Kaisaa rakentamaan itselleen myönteistä, tavallisen, itsenäisen, tasapainoisen nuoren naisen identiteettiä, josta seksuaalisen väkivallan kokemus ei kuitenkaan jää erilliseksi ja irralliseksi. Arjen jatkuminen melko entisellään pitää Kaisan kiinni myönteisissä ihmissuhteissaan ja aiemmassa identiteetissään. Vähitellen seksuaalisen väkivallan kokemus sopeutuu identiteetin osaksi. *Nyt on ihan tavallinen elämä jo*.

Edellä kuvattu antaa ymmärtää toipumisen tapahtuneen sulavasti ja ongelmitta, mutta Kaisa tuo esiin myös ongelmallisia puolia. Tyttöjen Talo tuo seksuaalisen väkivallan käsittelyyn yksityisyyttä, *oman rauhan*, jota Kaisa tarvitsee häpeän ja syyllisyyden kanssa kamppaillessaan.

### Ahdistuksesta itsenäiseen tasapainoon

Läheisimmistä ihmissuhteista seksuaalinen väkivalta ei näytä etäännyttäneen Kaisaa, mutta muiden sosiaalisten suhteiden ylläpito ja uusien suhteiden muodostaminen on hänelle yhä vaikeaa.

*mä en jaksanu nähä ketään. (--) En mä nähny ketään enkä ottanu kehenkään yhteyttä nii et ku kukaan ei ottanu muhun yhteyttä nii emmä sitte jaksanu pitää kehenkään.*

*tuntuu että on nii hirvee niinku paljo aremmaks tullu ku ennen on ollu silleen et jokaiseen tilanteeseen vaan menny ja tälleen näin mut nykyään ni ajattelee joka ikistä (naurahtaa) tapaamista ja kohtaamista että, no oonko mä nyt oikein tässä*

Ihmisten seurassa ahdistuminen liittyy häpeään. Kaisa näyttää kokevan toisten myös hylänneen hänet vaikeassa tilanteessa, mikä voi voimistaa kokemusta omasta huonoudesta eli häpeää. Kaisa syyttää ihmissuhteiden loppumisesta myös suhteiden toisia osapuolia, mutta voimakkaimmin hän kohdistaa syytöksiä itseensä.

*tietenkin mä syytän itteeni tai niinku, oon tosi paljo syytelly itteeni kaikest mitä tapahtunu (--) siitä et mut raiskattiin mä syytin (naurahtaa) siit itteeni sit mä syytin itteeni siitä että mä en pärjää yksinäni*

Kaisa näkee itsensä syyttämisen itsestään selvänä, väistämättömänä raiskauksen jälkeen. Tämä saattaa liittyä käsityksiin, joiden mukaan yksilön on itse kyettävä huolehtimaan turvallisuudestaan ja arvioimaan, kehen voi luottaa ja kehen ei (ks. Ronkainen & Näre, 2008). Kokemus elämän hallinnan menetyksestä saa hänet tuntemaan itsensä epänormaaliksi ja siksi vastenmieliseksi. Epänormaaliuden kokemus liittyy Kaisan kohdalla myös seksuaalisuuteen kiinnittyvään häpeään.

*mä olin vähä silleen et kehtaanks mä ees täällä [Tyttöjen Talolla] kertoo mitä niinku mä oon tehny ku, mä aina ajattelin et sit ku jos, ennen ku*

*mulle tapahtu tää raiskaus ni mä aina ajattelin et sit ku joku raiskataan ni siit tulee sellanen et se ei enää ikinä haluu harrastaa seksii ja, ja sulkeutuu ja, ei käy missään ulkona ja tälleen ku mulle (hymähtää) kävi just toistepäin, (--) tosi paljo yhenillanjuttuja (--) musta tuntu että kaikki mitä mä teen, ni on niinku tosi väärää. Sit mä tuomitsin itteeni tosi paljon.*

Kaisaa helpottaa, kun hän on saanut toiminnalleen tulkinnan, johon nojaten hän voi tuntea itsensä normaaliksi. Tyttöjen Talon työntekijän tarjoamat tulkinnat, empatia ja vertaiskokemukset saavat Kaisan tuntemaan itsensä huojentavan tavalliseksi.

*oli helpottavaa kuulla et ku [Tyttöjen Talon työntekijä] sano et ihan normaalii että käy sillä tavalla. Et tavallaan et ku omat rajat rikkoutuu ni sit ei niinku tiedä enää et missä ne rajat menee ja sitte että, et mäki hain sillä semmost tavallaan niinku hyväksyntää ja lohdutusta sillä että joku tykkäis musta. Niin, se oli tosi niinku hyvä kuulla että (naurahtaa) mä en oo ainut taas sitte joka tekee sillä tavalla.*

Näin Kaisan ei tarvitse selittää tuomittavana pitämänsä käyttäytymistään pysyvillä ominaisuuksillaan, vaan hän voi selittää sen poikkeuksellisen tilanteen synnyttämien hyväksyttävien tuntemusten kautta. Itselle vieras toiminta ei näin järkytä kokonaan aiempaa identiteettiä.

Tyttöjen Talolla on myös pohdittu, miten Kaisa omalla käyttäytymisellään vaikuttaa ihmissuhteisiinsa. Tavoitteena näyttää olevan löytää voimauttavia ratkaisuja, mutta samalla myös syyllisyyden tunteet voivat vahvistua.

*puhuttiin siitä että miks, miks tota, mä en pysty nyt sitoutuun tai, tai et minkä takia, mitä mä teen että minkä takii miehet ei haluu multa muuta ku seksiä. Tai, nii. Tällä hetkellä.*

Kaisa katsoo, että jos hän olisi ”normaali”, hän pystyisi sitoutumaan. Parisuhde näyttäytyy tavoiteltavana asiana, vaikka hän rauhoittaakin itseään ajattelemalla, että *mun pitää antaa aikaa ja että, et se oikee tulee sitte vastaan ku tota, tulee.* Kuitenkin

hän kokee viallisuudekseen sen, että miehet haluavat hänen kanssaan seksiä eivätkä parisuhdetta. Samalla hän huomauttaa, että kyse on ohimenevästä tilanteesta: hänen luonteessaan ei ole pysyvää vikaa vaan käyttäytymisessä, jota on mahdollista muuttaa. En tiedä, onko hän keksinyt selityksiä, mitä tekee ”väärin”, mutta joka tapauksessa tämä lisää syyllisyyttä ja rapauttaa hänen itsearvostustaan.

Tietyllä tapaa naista arvotetaan kulttuurissamme sen mukaan, millaista huomiota miehet häneen kohdistavat. Jos miehet pitävät naista seksiobjektina, hän määrittyy arvottomaksi ”huoraksi”, jos taas miehet osoittavat rakkautta ja kiintymystä, nainen on lähempänä ihanteellista feminiinisyyttä. (Ks. Saarikoski, 2011.) Kaisa näyttää sisäistäneen tällaisen ajattelutavan ja tuntee itsensä huonoksi nähdessään itsensä arvottomana seksiobjektina. Lisäksi hän olettaa muidenkin ihmisten ajattelevan samalla tavalla: *jos joku sais tietää mitä mä teen niin ne ajattelis et mä oon niinku, oon ihan kamala ihminen*. Tämä ajattelutapa ei näytä muuttuneen tukiprosessin aikana, mutta Kaisa pyrkii olemaan armollinen itselleen ja hyväksymään tekemiään virheitä. Enää hän ei kuitenkaan ajattele, että ihmisen arvoa ja koko olemusta voisi määritellä poikkeuksellisen ja traumaattisen elämäntilanteen käyttäytymisen kautta. Tätä kautta Kaisan syyllisyyden ja häpeän tunteet ovat helpottaneet. Kaisa pitää yhä seksikumppanien vaihtumista häpeällisenä, mutta hän pyrkii antamaan itselleen virheet anteeksi. Teot eivät leimaa koko hänen minuuttaan huonoksi. Häpeän kokemus lientyy siis erottamalla käyttäytyminen pysyvämmästä identiteetistä, syyllisyys puolestaan lientyy suhtautumalla käyttäytymisen ”virheisiin” armollisemmin. Toisten ihmisten osoittama hyväksyntä on olennainen tuki näissä muutoksissa, yksin Kaisa olisi käpertynyt häpeäänsä.

*MV Miltä susta nyt tuntuu*

*Kaisa No. (tauko) En mä nyt siitä tykkääkään mitä mä oon tehny mutta, ainakin mä tiedän että. Ettei se ihmisenä mua kuitenkaan muuta huonommaks tai paremmaks. (tauko) (--) Kyl musta tuntuu että mun ei tarvi enää kantaa semmosta syyllisyyttä mun kaa. Et jos mä oisin vaan eläny niitten asioiden kanssa yksin niin ni sitte, mä aina vaan mielessäni vaan mollaisin aina itteeni. (naurahtaa) Siit et kuin huono ihminen mä*

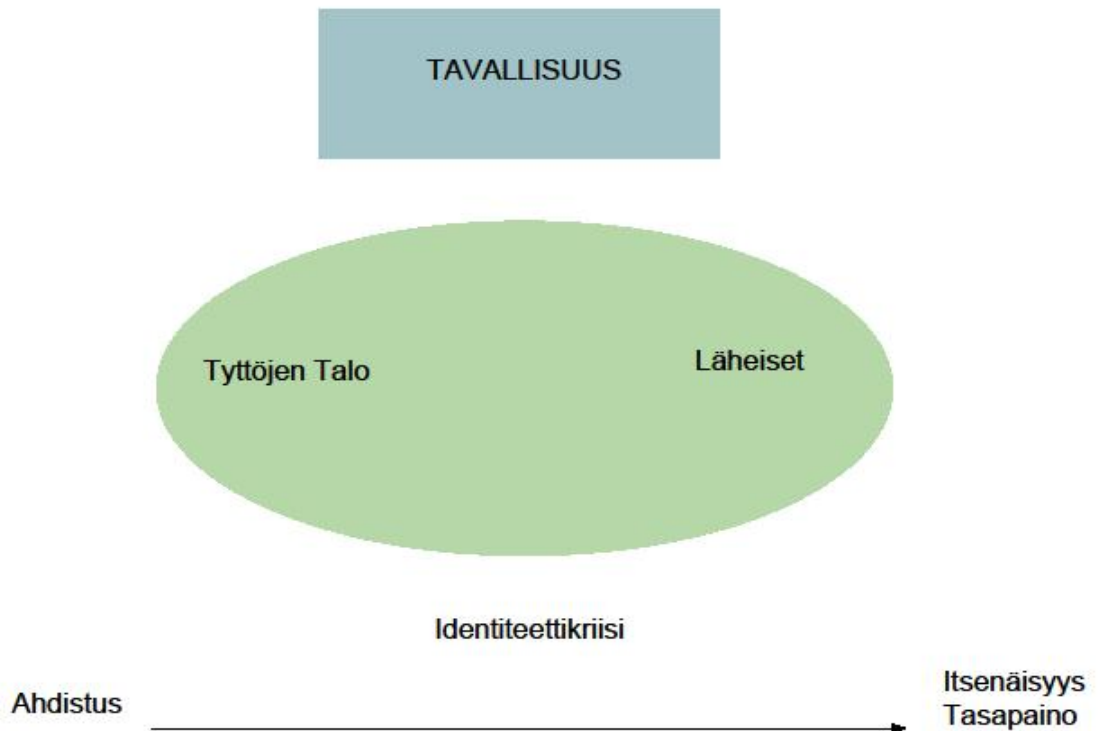
*oon. Ja sit täällä [Tyttöjen Talolla] näin niinku ni, on sanottu että just sillllee että (tauko) että on kiva ja tälleen näin ni tulee sellanen olo että, ettei kaikki teot tee sitä ihmistä.*

*mä ainaki yritän olla silleen niinku et, en joka päivä ainakaan syyttelis kaikesta itteeni mitä on tapahtunu ja. Just ajattelisin että, että kyllä sitä voi tehdä virheitä ja. Eihän niit tartte sit katuuko koko loppuelämää. (--)  
ettei tartte jokaisesta asiasta nyt sitte rupee itteesä, potkii alaspäin.*

Uusien ajattelutapojen käyttöön ottaminen vaatii kuitenkin vaivannäköä Kaisalta itseltään. Ajattelun avulla itsearvostustaan kohentaakseen Kaisa toistaa itselleen, että hän soimaa itseään kohtuuttomasti ja että hän voi antaa tekonsa itselleen anteeksi. Syyllisyys ja häpeä näyttävät kuitenkin istuvan tiukassa, vaikka Kaisa salliikin jo itselleen ainakin joitakin virheitä ja hengähdystaukoja katumuksesta.

Kaisan syyllisyyteen, häpeään ja itsearvostukseen liittyvä kamppailu kiertyy myös laajempaan identiteetin hakemisen elämänvaiheeseen. Identiteetikriisi liittyy tiiviisti tavallisuuden tavoitteluun mutta erottuu kuitenkin omaksi teemakseen Kaisan elämäntilanteen kautta. Elämänvaiheeseen liittyy muutoksia ihmissuhteissa, koulussa ja työssä sekä niihin liittyviä pohdintoja. Kun seksuaalisen väkivallan kokemus sijoittuu tällaiseen elämänvaiheeseen, lienee mahdollista, että se alkaa hallita identiteettiä. Läheisten ihmissuhteiden säilyminen mahdollisimman entisellään näyttää suojaavan Kaisaa tältä, samoin normaaliuden kokemuksen vahvistuminen. Kun Kaisa kokee, että hänen raiskaukseen liittyvä käyttäytymisensä on ollut normaalia, hänen ei tarvitse muodostaa identiteettinsä perustaa tästä käyttäytymisestä. Sen sijaan identiteetin pohjana ovat hyvät ihmissuhteet ja ammatillinen identiteetti.

Kuvassa 4 Kaisan prosessi etenee ajassa ahdistuksesta kohti itsenäistä ja tasapainoista elämää. Tyttöjen Talon ja läheisten tuki ovat tässä prosessissa keskeisiä, toisiaan täydentäen. Tavallisuuden teema on hallitseva ja liittyy tiiviisti kaikkiin muihin keskeisiin teemoihin, ja siksi olen asettanut sen kuvan otsikoksi.

**Kuva 4. Tavallisuutta tavoitteleva Kaisa**

### 9.5 Vahva ja kriittinen Veera

Veeran haastattelussa korostuu vahvuuden ja aktiivisuuden aikaansaama huomattava ja määrätietoinen muutos ahdistuksesta parempaan oloon. Vahvuus näyttäytyy vastavoimana itseinholle, ahdistukselle ja normatiiviselle paineelle. Muiden ihmisten lämpö, vertaisryhmän jäsenten kanssa koettu yhteenkuuluvuuden tunne sekä Tyttöjen Talon työntekijän asiantuntevat neuvot ja tuki auttavat vahvistamaan Veeran itsenäistä otetta elämästään.

### Itseinhon kupla ja ahdistuksen kierre

Veera kuvaa elämäntilannettaan ennen Tyttöjen Talon tukea yksinäiseksi ja ahdistuneeksi.

*Yksinäisyyttä ja, jonkinlaista niinku itseinhoo ja kaikkee, velloin  
semmosessa (naurahtaa) omassa kuplassani, et musta tuntu et se vaan  
niinku paheni ja paheni et se olotila paheni, et se oli vaan niin kierre*

Veera ei kerro vetäytyneensä muiden seurasta vaan piilottaneensa pahan olonsa eli osan itsestään muilta: *mä hymyilen vaikka mulla oiski vähä huono olo ja sillee et mun on tosi helppo esittää et mulla on kaikki hyvin*. Tästä piiloutumisesta syntyy yksinäinen ”kupla”, jonka sisällä itseinho kiertää itseään voimistavaa kehää. Puhkaistuaan kuplan ja kerrottuaan pahasta olost muille Veera on onnistunut hallitsemaan ahdistustaan aiempaa paremmin.

*Semmonen ... itsensä rankaseminen et vaikka jostain et taas tein näin ja taas söin ton pullan ja etten menny tänään lenkille ja voi ei, tänään mä päästin valkoisen valheen olen (naurahtaa) huono ihminen. Ehkä mä oon vähän silleen antanu itellensä tilaa ettei ehkä oo jatkuvasti sättimässä itteensä. Niitä asioita käytiin läpi [yksilötapaamisissa] ehkä siinä on tullu jonkin verran muutosta. (tauko)*

Veera kuvaa pienten epäonnistumisten merkitysten paisumista suhteettoman voimakkaaksi syyllisyydeksi ja itseinhoksi. Koska ”virheettömästi” käyttäytyminen on mahdotonta, ahdistuksen lientyminen vaatii uudenlaista ajattelua ja epätäydellisyyden hyväksymistä. Veera antaa itselleen ”tilaa” eli ei enää sovita itseään ahtaisiin ihanteisiin vaan voimistaa myötätuntoa itseään kohtaan.

Veeran näyttää olevan vaikea hyväksyä tai tuoda ilmi heikkouttaan. Hän naurahtaa joka kerta heikkouksistaan puhuessaan, osin välttää minä-muodossa puhumista ahdistuksen yhteydessä eikä kuvaile ahdistustaan vuolaasti tai yksityiskohtaisesti. Hänen ei tästä huolimatta tarvitse kieltää heikkouttaan, koska tulkitsee vahvuudekseen sen, että pystyy



olemaan rehellinen itselleen ja myöntämään heikkoutensa. Näin vallitsevaksi kokemukseksi jää heikkouden sijaan vahvuus.

*se et hakeutu tänne [Tytöjen Talolle] ja myönsi et mulla on ongelmia niin se oli jo yks suurin askel siin eteenpäin. Et tajus et mä teen näin vaan tän takii huono vähän huonompi olla, myöntää sen itellensä niin se ehkä niinku sen kautta jotenki ehkä niinku parannuksen ittensä kanssa.*

Veera sanoo että hänellä oli huono olla mutta lieventää ilmaisua saman tien, kenties jotta ei vaikuttaisi heikolta. Veera ammentaa tässä myös terapiadiskurssista, jonka mukaan ongelman myöntäminen on ensimmäinen askel kohti parantumista.

”Parannuksen tekeminen” on kontekstiinsa nähden erikoisen uskonnollinen sanavalinta. Ikään kuin epäkunnioittava käytös itseä kohtaan olisi syntistä, jotakin pyhää ihmisyyttä häpäisevää, jota Veera nyt katuen ryhtyy muuttamaan ollakseen parempi ihminen; kuin hänellä olisi moraalinen velvollisuus voida paremmin. Terveysvalistusta tulvivassa Suomessa terveyden voi hyvinkin kokea eräänlaiseksi pyhäksi, jota vastaan rikkominen on loukkaavaa huolimatta siitä, että ihmisen toisaalta ajatellaan määräävän kehostaan itse. Tämä tulkinta on ehkä liioiteltu, mutta joka tapauksessa kyse on uudesta alusta. Veera tahtoo aloittaa puhtaalta pöydältä itsensä kanssa. Tähänkin tuntuu liittyvän heikkouden vastenmielisyys: Veera näyttää tahtovan jättää heikkouden ja ahdistuksen entiseen minäänsä, jossain määrin erilleen uudesta, vahvemmassa itsestään.

### **Vahvuus**

Veeran oma vahvuus on se, joka lopulta katkaisi ahdistuksen kierteen.

*tuntu et jokainen päivä oli vähän silleen et ei jaks, sit mä aattelin et (hymähtää) pakko lopettaa tää että ehkä pitää tehdä asialle jotain että jaksaisi.*

Avun hakemisessa ja elämän muuttamisessa korostuvat Veeran oma aktiivisuus ja kyky hallita tilanne. Veera korostaa hallinneensa tilanteen silloinkin, kun ahdistus oli

pahimmillaan. Raskaista kokemuksista selviytyminen ja suunnan muutoksessa onnistuminen korostavat vahvuutta.

*kuitenki et vaik oli tosi paska fiilis mut en kuitenkaan kokenu et mua ois ollu mitenkää pahasti masentunu tai mitään et mulla kumminkin oli niinku se voima ottaa itteeni niskasta kiinni ja mä tiesin et nyt pitää tehdä tälle asialle jotain.*

Veera korostaa ahdistuksensa voimakkuutta mutta vastustaa masentuneen eli heikon leimaa. Vahvuuteen liittyy myös monenlaista suorittamista. Veera hahmottaa Tyttöjen Talon tukiprosessinkin eräänlaisena suorituksena ja korostaa ihmisenä kehittymistä ja vaikeuksien voittamista: *on päässy paljon itseensä rakastavammaks, (--), vaikka onkin varmaan vielä puolitiessä.* Itsensä rakastamisen kuvaaminen jonnekin ”pääsemisenä” kertoo Veeran tavoitteellisuudesta tässä suhteessa. Oman aktiivisuuden ja vahvuuden korostuminen ei kuitenkaan tarkoita, ettei muiden tukea voisi ottaa vastaan.

*Kyl mä uskon niinku itsensä kehittämiseen niinkun että sen eteen pitää tehdä töitä, ja kaikilla on omat vaikeutensa, jotkut sit osaa niihin niinku ottaa kiinni ja osaa ajatella niin et, musta se että pääsee jutteleen, niinkun semmosen ihmisen kaa joka tietää asioista jotain sit se niinkun, sen kautta sit just saa vinkkejä siitä niinku et, (--), et ajatusmaailmaa siitä et sä pystyt kehittään ittees sä pystyt muuttaan sä voit päästä sun peloista eroon*

Veera vastustaa heikoksi uhriksi leimautumista normalisoimalla ahdistuksen: kaikilla on vaikeutensa, joten jokainen on lopulta oman onnensa seppä. Kuitenkin Veeran voimakas tahto muuttaa itseään kertoo, että hänen kielteiset tunteensa itseään kohtaan ovat jossain määrin yhä läsnä. Yksilön voimakkuutta ihannoiva Veera ei näytä hyväksyvän avuttomuutta ja passiivisuutta. Muiden ihmisten tuen vastaanottaminen ei kuitenkaan ole häpeä, kun tavoitteena on määrätietoinen vahvistuminen.

## Auktoriteetti ja lämpö

Jossain määrin ristiriitaisesti Veera tarvitsee muiden tukea vahvistamaan kokemustaan itsenäisyydestään ja vahvuudestaan, mutta avun tarpeen tunnistamisen näkeminen vahvuutena ratkaisee ristiriidan. Veeran vahvuuden kokemusta tukee myös se, että häntä auttava Tyttöjen Talon työntekijä on kokenut, asiantunteva ammattilainen ja tarpeeksi vahva tarjotakseen tukea. Tuen saaminen vahvalta auktoriteetilta ei mitätöi omaa vahvuutta, kun taas heikolta avun pyytäminen määrittäisi itsen vielä heikommaksi. Veera odottaa vahvuutta siis paitsi itseltään myös muilta. Hän kokee myös tärkeänä sen, että työntekijä tukee hänen omaa vahvuuttaan eikä aseta häntä avuttoman uhrin tai potilaan asemaan tarjoamalla suoraan oikeita toimintatapoja.

*se [Tyttöjen Talon työntekijä] ei oo sillee et se moralisois sua tai sanois et tää on huono tai tää on oikee valinta vaan et, vaan et hän kehottaa kuuntelemaan itseensä välittämättä muista ja sillon voi puhuu suoraan asioista. Koska aina jos sä puhut jollekin läheiselle sillä on aina joku mielipide siitä sun tekemisestä. Puhuu ihmiselle kel ei oo, tai sillä saattaa olla mielipide mut se siinä ammatissansa ei ehkä tuo sitä mielipidettänsä koska ei sen kuulu tuoda sitä esille.*

Kun heikoksi leimaamista tai normatiivista painetta ei tarvitse pelätä, Veera voi ottaa muilta vastaan myös lämpöä. Avoimuus, empatia, hyväksyntä, luottamus, turvallisuus, jatkuvuus ja yhteenkuuluvuuden kokemukset liittyvät tähän teemaan. Lämmön kokemus syntyi, kun Tyttöjen Talon työntekijät *kuuntelivat ja olivat kiinnostuneita*. Lämmön teema jää vahvuuden varjoon mutta on silti yksi keskeisimmistä. Veerasta on helpottavaa päästä pois yksinäisestä kuplastaan.

*[vertaistukiryhmässä oli] semmosta yhteishenkeä mitä ei ehkä oo ollu aikasemmin sit silleen samal tapaa kokenu missään*

*ku riittävän monta kertaa vaan kuulee et sä oot oikeesti tosi ihana tyyppi, ja niinku et, et sun ei pidä olla noin ankara ittelles niin kun sen riittävän monta kertaa kuulee niin kyllähän se vaikuttaa*

Veeraa näyttää siis helpottavan, että muut ajattelevat hänen olevan jo tarpeeksi vahva ja hyvä. Sisäistetyt normit siitä, mihin ihmisen tulisi pystyä, voivat näin muuttua. Muiden lämpö ja lempeämmät normit siis auttavat Veeraa suhtautumaan itseensä myötätuntoisemmin. Kuitenkin normatiivinen paine näyttäytyy myös uhkana, jota Veera vastustaa säilyttääkseen vahvuuden kokemuksensa ja itsearvostuksensa: *pitää rakastaa itseensä ja pitää vahvana, ja tehdä asioita niinku itsestä tuntuu aattelematta sitä mitä muut aattelee.*

### **Normatiivinen paine**

Miksi Veeran vahvuus korostuu niin voimakkaasti? Vahvuuden kokemusta uhkaa normatiivinen paine, jonka vastustus näkyy vahvuuden korostumisena entisestään. Veera suhtautuu kriittisesti normatiivisiin käsityksiin naiseudesta ja naisen seksuaalisuudesta ja vastustaa niitä voimakkaasti. Kriittisyys onkin vahvasti läsnä Veeran haastattelussa.

*aina aatellaan et se mies sit vaan käyttää sua hyväkseen jos se tulee sun luo [harrastamaan seksiä] ja silleen et näin, mut et jos mä se on mulle ihan ookoo ja mä saan siit nautinnon niin samal tapaa eihän se oo mitenkään mua alentavaa*

Veera vastustaa uhrin ja alistuvan, seksuaalisesti passiivisen naisen positioita. Todennäköisesti hän siis on aiemmin kohdannut näitä stereotypisia käsityksiä toistuvasti hänelle henkilökohtaisesti merkittävissä ihmissuhteissa tai yleisessä yhteiskunnallisessa keskustelussa. Vanha kulttuurinen käsitys, jonka mukaan normaali, terve ja luonnollinen naisen seksuaalisuus toteutuu vakituudessa, yksiavioisessa, heteroseksuaalisessa rakkaussuhteessa, on vahva. Veera tuo esiin tähän liittyvän käsityksen, jonka mukaan seksi muunlaisissa olosuhteissa on jotakin, joka alentaa, tahraa naista. Naisen muunlainen seksuaalinen toiminta saatetaan patologisoida eli tulkita oireiluksi riippumatta siitä, kuinka nainen itse sen kokee. Normista poikkeavan käytöksen selittäminen yksilön ”viallisuudella”, kuten huonolla itsetunnolla, pitää yllä vallitsevaa tilaa eli käsitystä naisen normaalista seksuaalisuudesta. Veera vastustaa tätä

kulttuurista puhetapaa sukupuolineutraalin tasa-arvoisuuden diskurssilla, jonka mukaan nainenkin voi olla seksuaalisesti kuten ”tyypillinen” mies: aktiivinen, monisuhteinen, halukas ja toisia hyväksikäyttävä.

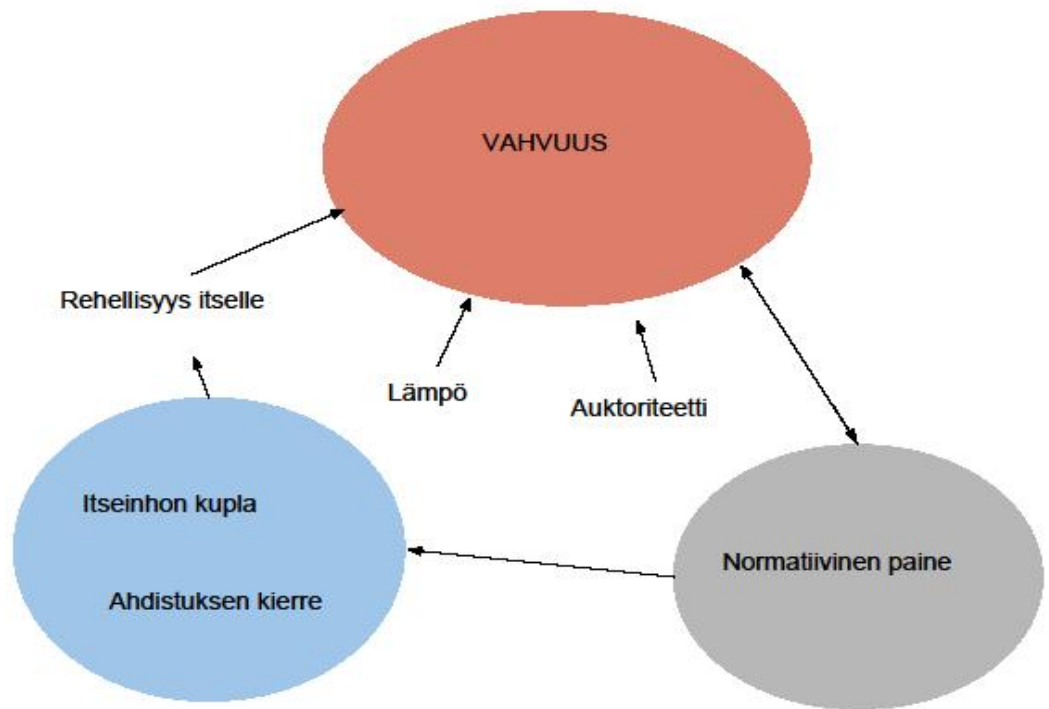
Veera vastustaa samalla seksuaalisen väkivallan leimaavuutta ja siihen liittyvää patologisointia. Leimattujen, kuten seksuaalista väkivaltaa kokeneiden, patologisointi on erityisen helppoa. Seksuaalisen väkivallan uhrin voidaan leimata poikkeukselliseksi ja marginaaliseksi ryhmäksi, toiseksi, joiden psyyke ja ihmisyyys on tuhottu ja joihin siksi voidaan suhtautua holhoavasti. Mikä tahansa normista poikkeava käyttäytyminen voidaan tulkita oireiluksi, mikä kaventaa itsearvostuksen rakentamisen mahdollisuuksia. Seksuaalisen väkivallan kokemukset saattavat tehdä normiin sopeutumisesta vaikeampaa, koska seksuaalisen väkivallan kokeminen on ristiriidassa ”normaalin ja hyvän” seksielämän kanssa.

Veera ei ole immuuni normatiiviselle paineelle vaan joutuu aktiivisesti puolustautumaan sitä vastaan ja perustelemaan omia näkemyksiään. Yksilö rakentaa omaa tarinaansa ja arvomaailmaansa kulttuuristen merkitysjärjestelmien pohjalta: vallitsevia normeja voi omaksua tai kritisoida mutta niitä ei voi jättää huomiotta. Kulttuurista normia voi vastustaa toisella normilla, kuten Veera tekee korostaessaan vahvaa ja itsenäistä yksilöä, joka pitää päänsä normatiivisen paineen alla. Veera vastustaa kokemaansa normatiivista painetta eli patologisointia, joka usuttaa häntä tulkitsemaan viallisiksi itsensä ne puolet, jotka hän kokee myönteisiksi ja toimiviksi. Itsenäisen ja vahvan yksilön ihanne sen sijaan tukee hänen itsearvostustaan.

Kuva 5 kiteyttää vahvuuden teeman hallitsevuuden Veeran haastattelussa. Vahvuus ei ole vain tavoite, jota kohti Veera pyrkii, vaan hän tulkitsee vaikeitakin vaihteita vahvuuden kautta. Itseinhon kuplan puhkaisu ja ahdistuksen kierteen katkaisu on Veeran oman vahvuuden ansiota: olemalla rehellinen itselleen eli tunnustamalla ahdistuksensa ja ottamalla itseään niskasta kiinni hän siirtyy vahvasta yksin sinnittelijästä vahvaksi lämmön ja auktoriteetin neuvojen vastaanottajaksi ja tunteiden käsittelijäksi. Normatiivinen paine puolestaan liittyy sekä ahdistukseen että vahvuuteen. Suorituspaineeet ja täydellisyyden tavoittelu lisäävät ahdistusta. Vahvuuteen normit kiinnittyvät kahdesta suunnasta: vahvan yksilön ihanne on paradoksaalinen normi, joka

kieltää itsensä. Vahvan yksilön normi kertoo, millainen yksilön pitäisi olla, samalla kun se vaatii yksilöä vastustamaan normeja. Kulttuuristen ihanteiden mukaisesti Veera pyrkii tekemään oman päänsä mukaan, kulttuurisista ihanteista riippumatta.

**Kuva 5. Vahva ja kriittinen Veera**



## 9.6 Kokonaiskuva

Tässä luvussa muodostan kokonaiskuvan aineiston kattoteemoista ja niiden suhteista. Kattoteemoiksi nostan teemat, jotka ovat keskeisiä kaikissa haastatteluissa. Kunkin alle lukeutuu useita edellä käsiteltyjä teemoja, joiden kautta kattoteema tulee näkyviin yksittäisissä haastatteluissa. Kattoteemojen avulla pyrin siis kuvaamaan sitä, mikä on kaikille haastateltaville yhteistä; pienemmät teemat puolestaan ilmentävät eri tapoja, joilla kattoteemat ilmenevät yksilöllisissä kokemuksissa.

Haastateltaville on yhteistä toipumisprosessin eteneminen ahdistuksesta kohti itsensä rakastamista, mutta tämä eteneminen voi näyttäytyä kaoottisena myllerryksenä (Salla), vaihtehtaisena (Emma), vaivalloisena (Anna) tai suoraviivaisempana (Kaisa ja Veera). Sosiaalinen tuki ja haastateltavan oma aktiivisuus yhdessä vievät toipumista eteenpäin, mutta osa haastateltavista korostaa enemmän omaa aktiivisuuttaan ja osa muiden tukea. Kokemuskuvausten hahmottumista ajassa eteneviksi on epäilemättä edesauttanut haastatteluiden kysymysten asettelu: millainen haastateltavan elämäntilanne oli ennen Tyttöjen Talon tukiprosessia, sen aikana ja mitä haastateltava odottaa tulevaisuudelta (liite 3). Ajassa etenemisen näkökulma jäsentää tarkastelua, mutta saattaa antaa liioitellun johdonmukaisen kuvan selviytymisestä. Ahdistus ja itsensä rakastaminen voivat olla ja ovatkin elämässä yhtä aikaa läsnä, vaihtelevasti painottuen ja keskenään taistellen, mutta tavoitteena on saada itsensä rakastaminen hallitsevaksi ja ahdistus hallintaan. Itsenäisyyden kattoteema liittyy kaikkiin toipumisen vaiheisiin ja näyttää sekä toipumisen tavoitteelta ja välineeltä että sitä vaikeuttavalta ihanteelta.

### 9.6.1 Itseen ja sosiaaliseen kietoutuva ahdistus

Ahdistus on yksi aineiston keskeisistä kattoteemoista. Siihen kuuluu erilaisia kielteisiä tunteita, kuten häpeää, syyllisyyttä, itseinhoa ja pelkoja. Ahdistukseen liittyy myös sen välttelyä ja hallitsematonta pahenemista sekä erilaisuuden, eristyneisyyden ja identiteetin hajoamisen kokemuksia. Ahdistus kietoutuu tiiviisti sosiaaliseen. Häpeä ja syyllisyys ovat itsessään sosiaalisia emotioita ja kumpuavat oman vajavaisuuden kokemuksesta suhteessa sosiaalisiin normeihin. Myös sosiaalinen pelko on häpeän pelkoa. Eristyneisyys, epänormaaliuden kokemukset ja identiteetin hajanaisuus niin ikään liittyvät sosiaalisiin normeihin siitä, millaista elämää nuoren naisen kuuluisi viettää, millaisia asioita pohtia ja millainen olla: *ajattelee joka ikistä (naurahtaa) tapaamista ja kohtaamista että, no oonko mä nyt oikein tässä.*

Koska haastatteluiden keskeisenä tavoitteena oli tarkastella Tyttöjen Talon tarjoamaa tukea, kysyin haastateltavien elämäntilanteesta ennen tukiprosessin alkua ymmärtääkseni haastateltavien tuen tarpeita ja yleistä elämäntilannetta. Seksuaalisen väkivallan tuottama ahdistus ei siis sinänsä ollut haastatteluiden ensisijainen kysymys.

Niinpä arkaluonteisen ahdistuksen monet ilmenemismuodot saattoivat jäädä pintapuolisiksi tai kokonaan haastatteluissa mainitsematta. Ahdistus hahmottuu aineistossa pikemminkin taustana, joka auttaa ymmärtämään, miksi ja millaista tukea haastateltavat tarvitsevat.

Toisten haastateltavien kohdalla ahdistus näyttää epämääräisemmältä ja vaikeammin tavoitettavalta kuin toisten. Kauan sitten tapahtuneiden tai pitkään jatkuneiden seksuaalisen väkivallan kokemusten aiheuttama ahdistus saattaa kiertyä mutkikkaasti elämän eri osa-alueisiin, jolloin sitä on vaikea tunnistaa, ymmärtää ja käsitellä. Jos taas tukiprosessi alkaa pian yksittäisen seksuaalisen väkivallan kokemuksen jälkeen, siihen liittyvä ahdistus voi olla tavoitettavissa ja käsiteltävissä eri tavalla. Tällöin ahdistus ei näytä juurtuneen niin syvälle kokemukseen itsestä ja muista vaan se liittyy suoremmin seksuaaliseen väkivaltaan ja on siksi helpommin käsitettävissä. Jotta ahdistaville kokemuksille voi antaa mielekkäitä merkityksiä ja jotta niitä voi rakentaa osaksi ymmärrettävää ja myönteistä elämäntarinaa, ahdistus on ensin paikannettava. Sosiaaliseen kietoutuva ahdistus ja syytösten, hylkäysten ja vähättelyn pelko sekä huoli kuulijan tunteista voivat vaikeuttaa kokemuksista puhumista ja sosiaalisen tuen hakemista.

### **9.6.2 Lämpö ja kognitiivinen tuki**

Ahdistavuudestaan huolimatta sosiaaliset suhteet koetaan välttämättöminä. Olen jäsentänyt sosiaalisten suhteiden myönteisten puolien merkitystä jakamalla sen lämpöön ja kognitiiviseen tukeen, jotka muistuttavat sisällöltään Ullmanin (2000) emotionaalista ja kognitiivista tukea. Lämpö on kuitenkin emotionaalista tukea laajempi käsite pitäen sisällään aktiivisen empatian osoittamisen lisäksi vaikeasti kuvattavissa olevan kokemuksen lämpimästä läsnäolosta, yhteydestä. Rajanveto lämmön ja kognitiivisen tuen välillä on kuitenkin jokseenkin keinotekoinen, sillä tunteet, ajatukset ja toiminta limittyvät toisiinsa. Sekä lämpö että kognitiivinen tuki edellyttävät tukijalta kompetenssia.



*ku ite ku rupee itkeen ni se ois ollu kamalaa jos oma tukihenkilö ois pillittäny siinä (naurahtaa) vieressä eihän siit ois ollu mitään tukee siinä.*

*[Tyttöjen Talon työntekijän kanssa] tunsi sen et oli tullu sellaseen paikkaan missä kerranki saa niinku käytyy asioita läpitte silleen et kokee varmasti et siitä on apua ihan eri tasolla, et on joku joka oikeesti tietää jostain jotain ja ymmärtää.*

Lämpö voi olla aktiivista empatiaa tai lämmintä läsnäoloa, joka synnyttää yhteyden kokemuksen. Lämpimällä läsnäololla tarkoitan haastateltavien kokemuksia siitä, kuinka he tulivat nähdyiksi kokonaisina Tyttöjen Talolla tai kuinka perhe oli tärkeä tuki, vaikkei heidän kanssaan olisikaan aktiivisesti käsitelty seksuaalista väkivaltaa. Aktiivista empatiaa puolestaan ovat seksuaalisten väkivallan kokemuksista kertomisen aktiivinen kuunteleminen ja myötätunnon osoittaminen. Tätä hyvältä tuntuvaa lämpöä vaikuttaa olevan vaikea kuvata sanallisesti. Lämpö tarkoittaa kokemusta ihmisten välisestä emotionaalisesta yhteydestä, joka vahvistaa myönteisiä tunteita itseä kohtaan ja helpottaa erilaisuuden ja eristyneisyyden tuntemuksia. Lämpö ja luottamus muodostavat itseään ruokkivan kehän: lämpö vähitellen avaa luottamusta, ja luottamuksen syvetessä lämmin emotionaalinen yhteys syvenee. Tyttöjen Talon työntekijän miellyttävä persoonallisuus ja ryhmän jäsenten vertaiskokemukset edesauttavat yhteyden kokemista.

Kognitiivinen tuki, johon kuuluvat konkreettiset toimintaehdotukset ja uusien ajattelumallien tarjoaminen, muistuttaa kognitiivisen psykoterapian periaatteiden mukaista tukea (ks. Kähkönen, Karila & Holmberg, 2008). Kognitiivista tukea tarvitaan silloin, kun ahdistavien kokemusten ajattelulla ei yksin saa ahdistusta hallintaan vaan ahdistuksesta ja sen käsittely-yrityksistä muodostuu itseään ruokkiva kierre.

*on hyväksyny jotain asioita vaikka se että mulle on tapahtunu tällä tavalla ja mä en oo yksin tän asian [seksuaalisen väkivallan kokemusten] kanssa, ja mun ei tarvii syyttää itteeni mistään. Ja (tauko) tajunnu niitä asioita. Jollain tavalla niinkun, on saanu käsiteltyä niitä sitten, niitä ikäviä asioita niin ne ei ehkä oo jatkuvasti tuolla sitten, et sit mitä enemmän niitä ikäviä*

*asioita ajattelee sitä enemmän ne rupee vielä enemmän pyörii päässä. Et nyt ne ei pyöri päässä niin paljoo. Kun niitä on saanu käsiteltyä.*

Lämpö kuitenkin näyttää kognitiivisen tuen vastaanottamisen edellytykseltä: jos toinen ei tunnu ymmärtävän tunnetasolla, hänen uskottavuutensa neuvonantajana kärsii. Tukijan on nähtävä sekä kipukohdat että vahvuudet. Kivun tahallinen tai tahaton ohittaminen ja ymmärtämättä jääminen tuottaa eristyisyyden ja hylkäyksen kokemuksen, mutta yksinomaan kivun kautta nähdynsi tuleminen on leimaavaa. Lisäksi Tyttöjen Talon työntekijän koulutuksen ja työkokemuksen tuoma auktoriteettiasema ja vertaisryhmän jäsenten kokemusasiantuntijuus synnyttävät luottamusta siihen, että heidän tarjoamansa neuvot ovat vartenotettavia. Ajattelutavat voivat mullistua kokonaan toisenlaisiksi, tai sitten jo käytössä olevat toimivat ajattelutavat voivat vahvistua tuen avulla. Molemmat muutokset voivat auttaa rakentamaan myönteisempää käsitystä itsestä.

*en mä oo ajatellu aikasemmin seksiä yhtään sen kannalta et miltä se vois niinku musta tuntua tai et miltä se, tosi outoa et, tai et en mä oo niinku ajatellu oikeestaan sitä et miltä musta tuntuu kun mä harrastan seksiä.*

*sillon kun on paska fiilis (--) on hirveen helppo jäädä siihen omaan paskaan fiilikseensä, ja vaikka ois kuinka aikasemmin, sitä ennen oppinu rakastaan itseensä ja kaikkee tai jotain tällästä elämänhallintaa ajatellu ja niinku, et ajattelee itsestään myönteisesti ja nauti juuri tästä hetkestä ja sä oot mahtava tyyppi sanot sen ääneen kaks kertaa päivässä niin (naurahtaa) sä uskot siihen. Sit ku sulla on paska fiilis niin sit sä et enää jaksa tehdä niitä mut et sit ku mä tulin tänne [Tyttöjen Talolle] ja sain itteeni niskasta kiinni mä alotin taas uudestaan ajatteleen positiivisesti.*

### 9.6.3 Itsenäisyys ihanteena ja kokemuksena

Itsenäisyyden kattoteema kulkee mukana koko prosessissa ahdistuksesta sosiaaliseen tukeen ja itsearvostukseen. Siinä on kaksi puolta: itsenäisyyden ihanne ja itsenäisyyden kokemus. Koska itsenäinen psyyken ja elämän hallinta on haastateltavien sisäistämä kulttuurinen ihanne, itsenäisyyden kokemukset vahvistavat itsearvostusta, ja riippuvuus muista vastaavasti uhkaa sitä. Itsenäisyyden ihannoiti tekee tuen vastaanottamisesta vaikeaa, mutta samalla vastuun ottaminen ja oma aktiivisuus tuen vastaanottamisessa ovat keskeisiä. Itsenäisyys näyttäytyy siis ristiriitaisesti sekä tavoitteena ja välineenä että itsensä esteenä: *mä tarviin sen (tauko) sen riippuvuuden tähän työntekijään ja samalla lailla myös sen (tauko) riippuvuuden loppumisen.*

Itsenäisyyden ihanteen vuoksi avun hakeminen näyttää viimeiseltä vaihtoehdolta, kun omat keinot vältellä ahdistusta ja sinnitellä itsenäisesti eivät riitä, ikään kuin kunnon ihmisen olisi soveliaista pyytää muilta apua vain äärimmäisessä hädässä: *arjesta selviytyminen kävi niin mahdottomaks että ei ollu niinku, ei vaan ollu mitään muuta vaihtoehtoo.* Tuen tarvitseminen ja riippuvuus muista uhkaavat itsearvostusta, mutta kuitenkin sosiaalinen tuki on pidemmällä tähtäimellä väline kohti itsenäisyyden kokemusta.

Toisaalta tuen vastaanottaminen edellyttää itsearvostusta. Häpeän, syyllisyyden ja riittämättömyyden kokemukset saattavat liittyä siihen, ettei koe ansaitsevansa apua. Jos sosiaalinen ympäristö vahvistaa seksuaalisen väkivallan kokemukset vakaviksi, tuen vastaanottaminen ei tunnu yhtä häpeälliseltä. Tällöin tuen vastaanottajan ei tarvitse nähdä itseään puutteellisena, liian heikkona ja riippuvaisena uhrina, vaan normaalina. Itsensä rakastamaan oppiminen tapahtuu toisten rakkauden vastaanoton kautta. Tämä hahmottuu kehämäisenä prosessina: ilman murustakaan itsearvostusta olisi vaikea kokea ansaitsevansa minkäänlaista apua muilta. Itsearvostus ja sosiaalinen tuki ruokkivat toisiaan. Vastaavasti alhainen itsearvostus ruokkii eristyneisyyttä, yksinäisyyttä, erilaisuuden ja jälleen huonommuuden kokemuksia.

*jotenkin ehkä alan niinkun (tauko) alkaa arvostaa itseään tarpeeks että pystyis ottaan vastaan semmosta arvostusta myös joltain toiselta. (pitkä*

*tauko) (kuiskaten:) rakastaa itseään sillai että haluais itsekin rakastaa jotakuta toista. Ja ottaa vastaan sen toisen rakkautta.*

#### 9.6.4 Itsensä rakastaminen

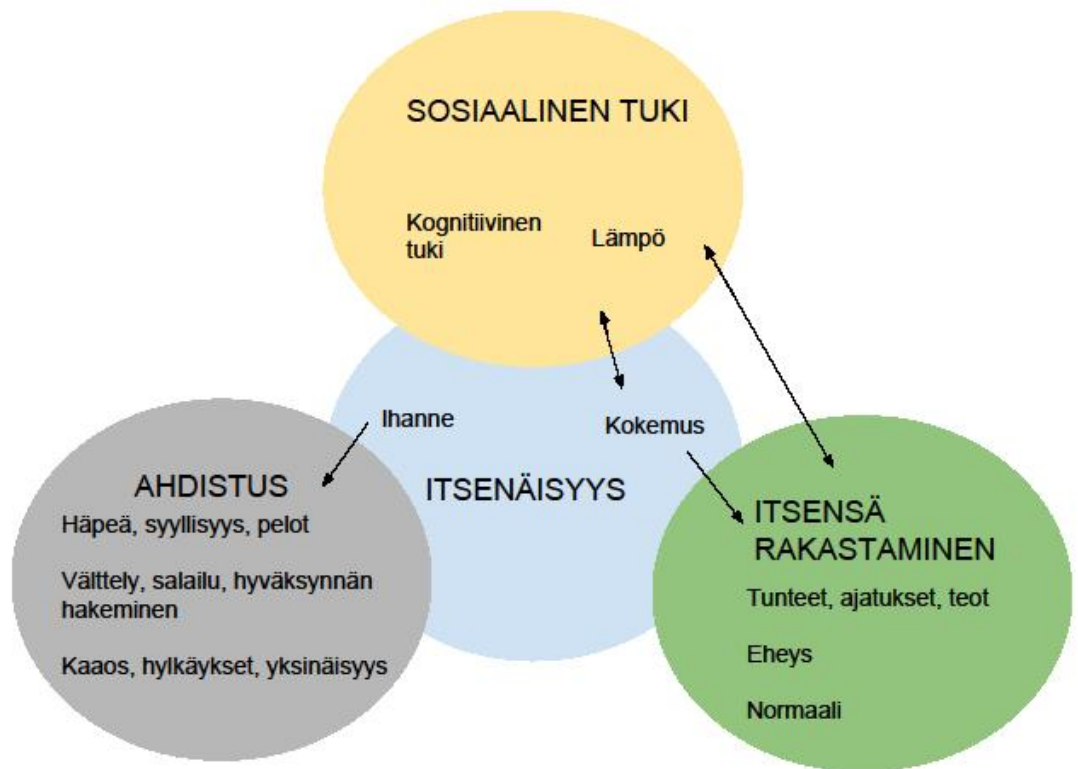
Itsearvostus eli itsensä rakastaminen kattaa itseen kohdistuvat ajatukset, tunteet ja toiminnan. Itsensä rakastaminen näyttää edellyttävän riittävän eheää identiteettiä, kokemusta siitä, että hallitsee itsensä ja elämänsä itsenäisesti, kuten muutkin ”normaalit” ihmiset. Eheään identiteettiin liittyy kodikkuuden kokemus omassa kehossa sekä arkisessa ja sosiaalisessa ympäristössä. Toiminnalliset terapiamenetelmät, mieluisat seksisuhteet ja urheilu voivat olla keinoja lisätä oman kehon hallinnan kokemusta. Eheyteen kuuluu myös itsetuntemus eli omien voimavarojen ja niiden rajojen tunnistaminen ja hallitseminen.

Itsensä rakastamiseen liittyy myös luottamus toisten hyväksyntään ja välittämiseen. Torjunnat ja hylkäykset uhkaavat itsensä rakastamista. Toisaalta kokemukset tilanteista, joissa kokee voivansa olla oma itsensä seksuaalisen väkivallan kokemuksia salaamatta ja joissa kokee hyväksyntää ja lämpöä muiden taholta, vahvistavat itsensä rakastamista. Hyväksynnän ja lämmön vastaanottamisessa oma aktiivisuus on tärkeää. Toisilla haastateltavilla itsensä rakastaminen tuntuu vankemmalta kuin toisilla, mutta yhteistä haastateltaville on pyrkimys sitä kohti.

Kuva 6 tiivistää tulkintani aineistosta kokonaisuudessaan. Ahdistuksen kasvaessa hallitsemattomaksi on jollakin tapaa ylitettävä itsenäisyyden ihanne, joka estää sosiaalisen tuen hakemista. Tämä voi onnistua esimerkiksi tulkitsemalla riippuvaisuuden tilanteiseksi, ei pysyväksi ominaisuudeksi. Kyvyn pyytää apua voi myös tulkita itsenäisen vahvuuden osoitukseksi. Itsenäisyys ei ole kuvan keskellä siksi, että pitäisin sitä muita tärkeämpänä vaan siksi, että se kiinnittyy sosiaalisen tuen, itsensä rakastamisen ja ahdistuksen merkityksiin eri tavoin. Itsenäisyyden ihanne voi lisätä ahdistusta aiheuttamalla häpeää ja syyllisyyttä silloin, kun on riippuvainen muiden tuesta. Ihanne voi estää avun hakemista, mutta samalla itsenäisyyden kokemusta tarvitaan sosiaalisen tuen vastaanottamiseen. Ilman itsenäisen vahvuuden kokemusta

sosiaalinen tuki voi valua vastaanottajansa ”läpi”. Sosiaalinen tuki tarjoaa itsensä rakastamisen rakennusaineita, mutta riippuvaisuuden kokemus voi samalla vaikeuttaa itsensä rakastamista.

**Kuva 6. Kokonaiskuva**



## 10 Pohdinta

Ahdistus, sosiaalinen tuki, itsenäisyys ja itsensä rakastaminen ovat keskeisiä kaikissa haastatteluissa. Niiden sisällöt ja painotukset kuitenkin vaihtelevat haastattelusta toiseen. Toisilla häpeän ja syyllisyyden sävyttämään ahdistukseen liittyy toisten seurasta vetäytymistä, toisilla taas aktiivista seuran ja hyväksynnän hakemista. Sosiaalisessa tuessa ensisijaisen tärkeältä näyttää lämpö, jota ilman konkreettisempien neuvojen vastaanotto ja tätä kautta ajattelu- ja toimintatapojen muuttaminen ei näytä mahdolliselta. Itsenäisyyden ihanne voi voimistaa ahdistusta, itsenäisyyden kokemus puolestaan helpottaa itsensä rakastamista. Itsenäisyys, oma aktiivisuus näyttäytyy

tärkeänä myös sosiaalisen tuen vastaanottamisessa. Itsearvostus tarkoittaa haastateltaville itsensä rakastamista ajatuksin, tuntein ja teoin, ja sitä vahvistavat itsenäisyyden, normaaliuden ja eheyden kokemukset. Sosiaalinen tuki auttaa itsearvostuksen rakentamista lämmön ja kognitiivisen tuen avulla yhteistyössä itsenäisen, aktiivisen tuen vastaanoton kanssa.

Haastateltavat puhuvat melko vähän suoraan erityisen kivuliaista yksityisistä tuntemuksista, kuten häpeästä tai itseinhosta. Kuitenkin aineistossa korostuneen itsensä rakastamisen kattoteeman kääntöpuoli ovat kielteiset tunteet itseä kohtaan, joten nämä ovat hiljaisina läsnä. Myönteiset tunteet näyttävät haastattelutilanteessa keskeisimmiltä, mutta itsensä rakastamisen vahva läsnäolo kuvastanee kontrastia haastateltavien aiempiin kokemuksiin itsestä arvottomana tai syyllisenä. Myönteisiä puolia saatetaan korostaa myös siksi, että heikon ja passiivisen uhrin leimalta halutaan välttää (Honkatukia, 2008; Ronkainen, 2001).

Laitisen (2012, s. 166) mukaan seksuaalisesta hyväksikäytöstä puhuttaessa on tunnistettava yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön tasot. Lisäisin tähän vielä yksilöiden välisten suhteiden tason. Moorin ym. (2013) mukaan toipumisessa keskeistä on terapeutin suhde, jossa uhria kohdellaan arvokkaana ihmisenä (ks. myös Moor, 2007). Kun yhteisö on löyhempi kuin esimerkiksi Hurtigin (2013) tutkimuksen vanhoillislestadiolainen yhteisö, kahdenvälisissä suhteissa tapahtuva vuorovaikutus saattaa muodostua merkityksellisemmäksi seksuaalisen väkivallan käsittelyn kontekstiksi. Tämän tutkimuksen haastateltavat pyrkivät pikemminkin pitämään seksuaalisen väkivallan kokemustensa käsittelyn sosiaalisista yhteisöistään erillään käsitellen niitä enemmän läheisten ystävien tai Tyttöjen Talon seksuaaliterapeutin kanssa kahden kesken. Toisaalta Tyttöjen Talon vertaisryhmätoiminnassa muodostuu erityinen pieniyhteisö, jonka sisällä haastateltavat kokevat tulevansa nähdyiksi, kuulluiksi, ymmärretyiksi ja hyväksytyiksi. Kokemusten käsittely vertaisryhmässä näyttää tällä tapaa turvallisemmalta kuin kokemusten käsittely muissa sosiaalisissa yhteisöissä, joiden reaktiot saattavat olla arvaamattomia.

## 10.1 Selviytymistapojen yksilöllisyys

Laitinen (2004, s. 315) hahmottaa seksuaalista väkivaltaa kohdanneiden psykologisen selviytymisen jatkumona näennäisestä selviytymisestä itsensä arvostamiseen.

Näennäiseen selviytymiseen liittyy kokemuksen torjuntaa, tunteiden kätkemistä ja salailua. Itsearvostus puolestaan rakentuu vaihtelevasti etenevän prosessin kautta, joka voi alkaa vasta uhrin kohdattua kokemuksensa ja tunnustettua uhriutensa. Laitinen kiteyttää seksuaalisen hyväksikäytön käsittelyn merkityksen seuraavasti:

Uhrit tarvitsevat tukea vallan, väkivallan, sukupuolen ja seksuaalisuuden muodostaman kytköksen auki purkamiseen henkilöhistoriassaan, sen merkitysten avaamiseen ja tulkitsemiseen. Seksuaalisen hyväksikäytön käsittely ja itsen uudelleenrakentamisprosessi niin tiedon, tunteiden kuin ruumiin tasolla vaatii kohdatuksi ja kuulluksi tulemistä. (Laitinen, 2004, s. 315.)

Kyseisen jatkumon kautta voi tarkastella myös tämän tutkimuksen tuloksia.

Haastateltavat näyttävät rakentavan itsearvostustaan Laitisen kuvaamalla tavalla, ihmisten välisten kohtaamisten kautta. Hyväksynnän ja kokonaisena nähdyksi tulemisen kokemukset vaikuttavat ensisijaisen tärkeiltä kaikille tämän tutkimuksen haastateltavista. Haastateltavat kuitenkin näyttävät eroavan siinä, kuinka paljon kokemusten auki purkamista kaipaavat. Toiset haastateltavista näyttävät käyneen läpi syvempiä muutoksia ajattelu- ja toimintatavoissaan, toisilla taas näkyy selvemmin aiemmin käytössä olleiden hallintakeinojen vahvistuminen. Esimerkiksi Salla kuvaa muutosten myllerrystä ja Veera puolestaan positiivisen ajattelun vahvistumista.

Erilaisia selviytymisen tapoja ei pidä arvottaa toisiinsa nähden. Kokemuksiin liittyvien henkilökohtaisten ja kulttuuristen merkitysten reflektoinnin lisäksi esimerkiksi kehollinen toiminta, toimivat ihmissuhteet, mielekäs opiskelu ja työ voivat auttaa selviytymistä. Kokemusten aktiivinen refleктоiminen voi olla kuormittavaa, eikä ole syytä olettaa, että kaikki kokisivat sen muita tapoja mielekkäämmäksi. Esimerkiksi Anna ei näytä pitävän reflektointia erityisen hyödyllisenä. Ei liene perusteltua olettaa yhdenlaista selviytymisen tapaa lähtökohtaisesti muita paremmaksi tai ainoaksi ”normaaliksi” eli sosiaalisesti hyväksyttäväksi tavaksi suhtautua seksuaalisen väkivallan

kokemuksiin. Selviytymisen mahdollisuudet kapenevat, jos sosiaalinen ympäristö tukee vain tietynlaisia selviytymisen tapoja ja patologisoi muunlaisen käyttäytymisen ja tätä kautta tuottaa epänormaaliuden kokemusta. Kaikenlaisiin toipumisen tapoihin liittyy riskejä. Esimerkiksi mieleiset seksisuhteet voivat edistää selviytymistä, vaikka niihen liittyykin hyväksikäyttökokemusten uusiutumisen riski. Reflektoimalla kokemuksille on mahdollista antaa merkityksiä, joiden myötä ahdistus lieentyi, mutta yhtä lailla ajatukset voivat kiertyä ahdistusta entisestään pahentaviin tulkintoihin, kuten itsesyytöksiin. Tässä kohtaa tuen tarjoajan pätevyys tulee tärkeäksi (myös Thoits, 2011).

Seksuaalista väkivaltaa kokenut voi vältellä kokemustensa ajattelua ja niistä puhumista viimeiseen asti (myös Laitinen, 2004, s. 315). Lienee yksilöllistä, millainen on toimiva tasapaino reflektoinnin ja muihin asioihin keskittymisen eli välttelyn välillä. Tämän tutkimuksen haastateltavat kokevat reflektoinnin joistakin ongelmista huolimatta myönteiseksi. Tyttöjen Talo näyttää tarjonneen haastateltaville turvallisen ympäristön kokemusten käsittelyyn, mutta laajemman yhteiskunnan itsenäisyyteen ja naiseuteen liittyvä normatiivinen paine uhkaa silti itsearvostusta. Tyttöjen Talo näyttää siis tarjoavan makrokulttuuria turvallisemman mikrokulttuurin, joka ei kuitenkaan ole irrallaan muusta kulttuurista. Irrallisuus ei toki olisikaan selviytymisen kannalta mielekästä, sillä loppujen lopuksihan selviytymisessä on kyse laajemmasta yhteiskunnassa toimimisesta.

Uhrin syyllistävässä ja leimaavassa ympäristössä sosiaalisen tuen merkitykset voisivat olla toisenlaisia. Sosiaalisista suhteista vetäytymistäkin voi näin ollen pitää rationaalisena keinona välttää uusia nöyryytyksiä (Wasco, 2003). Mikä tahansa uhrin tai selviytyjän toiminta on mahdollista tulkita oireiluksi eli heikkoudeksi tai myönteiseksi selviytymiskeinoksi eli vahvuudeksi. Molemmat tulkintatavat kuitenkin korostavat seksuaalista väkivaltaa tulkintakehyksenä ja voivat siten lisätä sen leimaavuutta. Kaikkea seksuaalisen väkivallan jälkeen tapahtuvaa toimintaa ei pidä tulkita seksuaalisesta väkivallasta johtuvaksi tai siihen liittyväksi. Holhoavan ja rajoittavan patologisoinnin välttäminen ei tarkoita seksuaalisen väkivallan kokemusten haavoittavuuden vähättelyä vaan sen monimuotoisuuden tunnustamista.



## 10.2 Kulttuuriset merkitykset yksilöllisissä kokemuksissa

Yksilön kannalta ei ole merkityksetöntä, millaisia tulkintoja sosiaalinen ympäristö tarjoaa henkilökohtaisille kokemuksille. Sosiaalinen mikro- ja makroympäristö tarjoavat tietyt tulkinnat helposti saataville. Pohdintani tarkoituksena ei kuitenkaan ole esittää yleismaailmallisia, kulttuurista riippumattomia oletuksia siitä, millainen seksuaalisen väkivallan kokemus on essentiaaliselta ytimeltään. Sen merkityksiä ei voi erottaa kulttuurisista ihmisyyteen ja suhteisuuteen liittyvistä käsityksistä.

Kun seksuaalinen väkivalta konstruoidaan puheessa kulttuurin ja suhteiden tasoilla uhria tahraavaksi, se ylläpitää häpeään käpertymistä yksilötasolla. Yksilö ei ole immuuni normatiiviselle paineelle muttei myöskään ympäristönsä passiivinen tuotos, vaan hän voi valikoida, vastustaa ja muunnella ympäristön tarjoamia aineksia. Kulttuuriset merkitykset ja yksilölliset kokemukset liittyvät yhteen kokemusten validoinnin kautta. Se, mikä jäsentyy sosiaalisessa todellisuudessa eli vuorovaikutuksessa todeksi, tarjoaa yksilölle kehikon, jonka avulla tehdä ymmärrettäväksi kokemuksiaan ja rakentaa identiteettiään. Tyttöjen Talon toimintaa ohjaava traumaviitekehys on yksi kehikko, jonka kautta kokemuksia voi jäsentää. Kognitiivisen psykoterapian näkemys ajattelutyön hyödyllisyydestä ja humanistisen psykologian näkemys inhimillisestä kasvusta ovat juurtuneet ihmisten arki ajatteluun ja ovat osa kulttuuristen merkitysten varastoa (Hamilo, 2007; Kivivuori, 1991). Nuoren aikuisen elämänvaiheeseen kuuluu usein toistuvia, suuria elämänmuutoksia niin opiskeluun, työhön, asuinpaikkaan kuin ihmissuhteisiin liittyen. Muutosten keskellä identiteetin rakentaminen on erityisen keskeistä. Seksuaalisen väkivallan kaltaiset voimakkaat kokemukset ravistelevat käsitystä itsestä, ihmisyydestä ja ihmisten välisyydestä (Ronkainen, 2008) ja voivat korostaa identiteetin rakentamista entisestään.

Käsityksen siitä, että yksilöllä on ja kuuluu olla yksilöllinen ja koherentti identiteetti, voi itsessään katsoa osaksi kulttuurin individualistista arvomaailmaa. Oman minuuden reflektointi ja ihmisenä kasvamisen ja itsensä toteuttamisen ihanteet liittyvät yksilön autonomiaa, ihmisarvoa ja ihmisoikeuksia korostavaan kulttuuriin. Silfver-Kuhalammen ja Helkaman (2012) mukaan häpeän ja syyllisyyden tunteita nimetään eri kulttuureissa ja kielissä erilaisilla tavoilla, mutta itse tunnekokemukset näyttävät rakentuvan melko

samalla tavalla eri kulttuureissa. Kuitenkin kulttuuri voi liittyä siihen, miten usein ja millaisissa tilanteissa tiettyjä tunteita koetaan, miten niitä ilmaistaan ja miten niitä säädellään. (Mt.) Kulttuurinen yksilön itsenäisyyden ihanne voi siis aiheuttaa häpeää, kun yksilö tuntee itsensä muista riippuvaiseksi. Kun häpeä itsessään on heikkouden merkki, sama ihanne voi kannustaa salaamaan tai kieltämään häpeän (ks. Brown, 2012).

Ronkainen (2001) kutsuu *vahvan yksilön myyiksi* suomalaista individualismia, johon kuuluu voimakas selviytymisen eetos. Myytin mukaan aito subjekti on vahva, joten heikkoa uhria ei nähdä yksilönä vaan kohteena. Uhrius, heikkous ja riippuvuus merkityksellistyvät tällöin häpeällisiksi ja siksi yksilön on vaalittava vahvuuttaan kaikin keinoin. Välttääkseen kohtaamasta omaa haavoittuvuuttaan ihmiset myös mieluummin ottavat etäisyyttä uhreihin kuin kohtaavat heidät tai samaistuvat heihin. (Mt.) Ronkaisen ja Näre (2008, s. 9) mukaan haavoittuvuuden kieltäminen, penseys väkivallan uhreja kohtaan ja sukupuolen merkityksen torjunta ovat nykyajalle tyypillisiä piirteitä. Vahvat individualistiset, yksilön vastuuta korostavat puhetavat tekevät sukupuolistuneisuuden dynamiikan hahmottamisen vaikeaksi. Ronkainen ja Näre kutsuvat *postmoderniksi armottomuudeksi* sitä, että riskit väärin arvioineeseen ja intimizeettiä rikkovaan suhteeseen joutuneeseen suhtaudutaan kylmästi. (Mts. 9.) He eivät kuitenkaan pidä haavoittuvuutta sinänsä vahvuuden vastakohtana, vaan läheisyyden mahdollistavana voimavarana (mts. 15). Tähän liittyvät haastateltavien kokemukset siitä, että ongelmansa eli haavoittuvuutensa tunnustamalla pääsee lähelle muita ihmisiä, pois yksinäisyydestä ja vahvemmaksi. Tyttöjen Talon vertaistukiryhmässä sekä haavoittuvuus että vahvuus näyttäivät tulevan tunnustetuiksi, jolloin vertaisryhmän jäseniin samastuminen ja oman haavoittuvuuden hyväksyminen on helpompaa.

Sukupuolen merkitykset eivät katoa, vaikka ne jätettäisiin huomiotta tutkimuksessa ja yhteiskunnallisessa keskustelussa. Laitisen (2004, s. 178–183) mukaan naisellisuuden normit altistavat hyväksikäytölle. Tämänkin tutkimuksen haastateltavat tasapainoilivat pohtiessaan, kuinka pitää puolensa ja samalla olla hyvä tyttö tai nainen: kiltti, miellyttävä, muista huolehtiva ja vaatimaton. Tällöin voi olla vaikea esimerkiksi pyytää apua tai tuoda toiveensa esiin seksissä tai muissa tilanteissa. Vahvan yksilön myytin ja feminiinisyyden ihanteiden yhdistyminen asettaa seksuaalisen väkivallan uhrin vaikeaan asemaan. Hän voi kokea sisäistä ja ulkoista painetta olla vahva ja itsenäinen, samalla

kun samaa ei sovi odottaa muilta. Yksilön pitää olla vahva ja itsenäinen, mutta erityisesti tytön ja naisen pitää olla lisäksi tunnollinen, kiltti ja uhrautuva. Paine selvittää seksuaalisesta väkivallasta omin avuin, muita kuormittamatta ja muista huolehtien voi uuvuttaa. Seksuaalisen väkivallan kaltainen sukupuolistunut kokemus saattaa entisestään korostaa ihmisyyteen ja naiseuteen liitettyjen ihanteiden merkityksiä itsearvostuksen lähteinä. Tyttöjen Talon kulttuuri saattaa tarjota toisenlaisia merkityksellistämisen mahdollisuuksia tarjotessaan hyväksyntää myös heikkoudelle ja erilaisille tyttönä ja naisena olemisen tavoille.

Itsenäisyyden ja feminiinisyyden ihanteet eivät kuitenkaan näytä pelkästään itsearvostuksen esteiltä. Itsenäisyyden ihanteeseen yltäminen voi tarjota myönteisiä voimakkuuden ja toimijuuden kokemuksia. Samoin muista huolehtimalla, kiltteydellä ja uhrautuvuudella voi saada arvostusta muilta ja itseltä. Ongelmalliseksi näiden ihanteiden yhdistelmä saattaa muodostua raskaassa elämäntilanteessa, kun ihanteisiin yltäminen ei ole mahdollista. Jossain määrin ihanteet ovat myös keskenään ristiriidassa: itsenäisyyden ihanne korostaa riippumattomuutta ja feminiinisyyden ihanteet suhteita muihin. Sekä itsenäisyys että ihmissuhteet voivat olla voimavara tai taakka. Haastateltavat ratkaisevat ihanteiden ristiriidan korostamalla jompaakumpaa ihannetta yli toisen. Ristiriidan ratkaiseminen ei kuitenkaan ole kertaluonteinen, vaan kysymyksen kanssa tasapainoilu toistuu eri yhteyksissä. Veera sitoutuu mieluummin itsenäisyyden ihanteeseen kuin feminiinisyyden normeihin, Kaisa puolestaan ennemmin hyväksyy heikkoutensa ja riippuvuutensa kuin vastustaa feminiinisyyden ihanteita. Anna puolestaan ei näytä löytävän kysymykseen ratkaisua: hän kokee kiltteyden lähtemättömäksi ominaisuudekseen ja samalla vastuuta olla olematta kiltti tarpeen vaatiessa.

Merkityksenannot ja niistä muodostuva elämäntarina, identiteetti, eivät ole ruumiillisuudesta erillään, vaan seksuaalisen väkivallan kokemuksille annetut merkitykset muodostuvat ruumiillisiksi kokemuksiksi. Seksuaaliseen väkivaltaan liittyvä kulttuurinen käsitys sen likaavuudesta ja esineellistävyydestä voi tuottaa uhrilleen kokemuksen omasta esineellisyydestä, mitättömyydestä, arvottomuudesta. Yksilön itsenäisyys, aktiivisuus, vahvuus, toimijuus ja henkiset ominaisuudet on kulttuurissa määritetty arvokkaammiksi kuin niiden antiteesit hallinnan menettäminen,

passiivisuus, heikkous, alistuminen ja ruumiillisuus. Jälkimmäisenä luetellut liitetään yleensä naissukupuoleen ja edellä luetellut miessukupuoleen, jolloin miehisinä pidetyt ominaisuudet määrittyvät arvokkaammiksi. Miehen naiseen kohdistama seksuaalinen väkivalta nostaa esiin naisen jälkimmäiset ominaisuudet ja voi tuottaa kokemuksen itsestä ei-henkisenä (huonona) naisruumiina. Kokemus voi olla lievempi tai lamauttavampi, totaalisempi. Toisaalta Saarikosken (2012, s. 28–29) mukaan suomalaisessa kulttuurissa saatetaan liittää ruumiillisuuteen liittyvä hallitsematon seksuaalivietti mieheen eikä naiseen. Tällöin nainen voi ja hänen täytyy olla vahva ja kantaa vastuu. (Mts. 28–29.) Seksuaalinen väkivalta voi siis ruumiillistaa naiseuteen liitetyt kielteiset merkitykset ja samalla tuottaa kokemuksen henkisen yksilöyden riistosta ja sen hallitsemisessa epäonnistumisesta. Tällöin uhri voi kokea olevansa esineellistetty tai nöyryytetty ja yhtä aikaa siveellisenä naisena ja vahvana yksilönä epäonnistunut.

Seksuaalisen väkivallan tahraavuuteen ja häpeällisyyteen liittyvät olennaisella tavalla myös käsitykset seksin likaisuudesta ja moraalittomuudesta. Tätä kysymystä on erityisen kiinnostavaa tarkastella, koska perinteisen seksikielteisyyden rinnalla on nyky-Suomessa myös seksimyönteisyys, jonka mukaan seksi on nautinnollista ja seksuaalisuus myönteinen voimavara. Seksimyönteisyys kiinnittyy sukupuolettoman, autonomisen yksilön ihanteeseen: hyvässä seksuaalisuudessa keskeisinä pidetään yksilön halua, nautintoa ja itsemääräämisoikeutta. Seksuaalista väkivaltaa tai häirintää kokeneen voi kuitenkin olla vaikeaa tai mahdotonta rakentaa identiteettiään tämän narratiivin kautta. Seksuaalinen väkivalta tuo sukupuolen merkityksiä esiin niin voimallisesti, etteivät niitä laiminlyövät tulkintatavat tee kokemuksille oikeutta. Toisaalta itsearvostuksen rakentaminen ei välttämättä ole helppoa myöskään sukupuolistuneiden narratiivien kautta: kun feminiinisyyden ihanteisiin liittyy siveys, seksuaalinen väkivalta leimaa huonoksi naiseksi. Seksuaalisen väkivallan kokemusten rakentaminen osaksi myönteistä identiteettiä itsenäisyyden ja feminiinisyyden ihanteiden avulla ei näytä yksinkertaiselta (myös Ronkainen, 2008, s. 62). Kuinka rakentaa riittävän johdonmukainen tarina, jonka päähenkilönä voi olla yhtä aikaa vahva ja raiskattu, vapaa, seksuaalinen ja hyvä nainen, ruumiillinen ja henkinen, kokonainen ja ehjä yksilö? Seksuaalista väkivaltaa kokeneen on aktiivisesti vastustettava sekä uhrin

että huonon naisen leimaa. Leimaamisen uhka korostanee tavallisuuden ja normaaliuden merkitystä haastatteluissa.

### 10.3 Sosiaalinen tuki tekoina ja kokemuksina

Mitä lisäarvoa fenomenologinen näkökulma tuo seksuaalisen väkivallan tutkimukseen? Fenomenologisella tutkimusotteella on mahdollista tarkastella seksuaalisen väkivallan kokemusten ruumiillisuutta, jota konstruktioita ja kielenkäytön tapoja tutkivat laadulliset suuntaukset, kuten diskurssianalyysi ja narratiivinen analyysi, eivät tavoita. Kvantitatiivisessa kyselytutkimuksessa puolestaan voidaan hyödyntää fenomenologisen tutkimuksen tarjoamia näkökulmia käsitteiden määrittelyissä ja operationalisoinnissa. Sosiaalisen tuen käsitteellinen jaottelu emotionaaliseen, kognitiiviseen ja konkreettiseen näyttää tämän tutkimuksen näkökulmasta mielekkäältä. Kuitenkin esimerkiksi vaikeasti kielellistettävää yhteyden kokemusta lienee vaikea tavoittaa Ullmanin (2000) sosiaalisten reaktioiden kyselyn kaltaisella lomakkeella (ks. luku 4). ”Kuunteleminen” saattaa olla tätä lähellä, mutta pelkkä kuunteleminen ei vielä kerro yhteyden kokemuksesta tai sen syvyydestä sinänsä. Myös myönteisen kognitiivisen tuen muodot eli tiedon ja neuvojen tarjoaminen näyttävät tavoittavan vain osan kognitiivisen tuen sisällöstä. Selkeiden neuvojen ja tiedon lisäksi kognitiivinen tuki voi olla laajempien ajattelu- ja toimintamallien ja samastumiskohteiden tarjoamista, tilanteiden tulkitsemisessa tukemista tai myönteisen ajattelun vahvistamista. Nämä katkokset saattavat selittää sen, ettei myönteisellä tuella aina havaita kyselytutkimuksissa yhteyksiä selviytymiseen. Konkreettinen tuki eli käytännön tilanteissa auttaminen on läsnä myös tämän tutkimuksen aineistossa, mutta ei yhtä johdonmukaisesti keskeisenä kuin lämpö ja kognitiivinen tuki. Mahdollisesti konkreettinen tuki on tärkeämpää akuuteissa hätätilanteissa ja läheissuhteissa eikä se siksi erityisesti korostu tämän tutkimuksen haastatteluissa.

Lämpö tai emotionaalinen tuki ja kognitiivinen tuki eivät myöskään näytä kokemusten tasolla toisistaan riippumattomilta. Yhteyden kokeminen näyttää vahvasti emotionaaliselta, mutta ei ole kognitiivisesta tuesta irrallaan. Yhteys näyttää erityisen tärkeältä sosiaalisen tuen osalta, koska se saattaa olla edellytys neuvojen ja aktiivisen

myötätunnon vastaanottamiselle. Yhteyden kokemus luo luottamusta siihen, että toinen ymmärtää ja osaa auttaa juuri itseä. Se on kokonaisvaltainen kokemus siitä, että ”olemme tässä yhdessä ja näemme ja hyväksymme toisemme kokonaisina ihmisinä”. Yhteyden kokemus muistuttaa emotionaalista tukea, koska sillä on haastateltaville voimakkaan tunnepitoista merkitystä. Sitä ei kuitenkaan välttämättä synny, vaikka tukija osoittaisi aktiivisesti empatiaa. Arkikielen ”synkkaaminen” ja psykologisempi ilmaus ”persoonallisuuksien yhteensopivuus” kuvaavat samantapaista kokemusta. Näen yhteyden kuitenkin näitä tilanteisempaan: yhteys muodostuu helpommin sopivien persoonallisuuksien välillä, mutta voi myös katketa tilannesyistä johtuen. Kyselytutkimuksissa tuen muodot määritellään tuen tarjoajan toiminnan eikä sen vastaanottajan kokemuksen kautta. Yhteyden kokemusta ei voi tähän tapaan määritellä tukemisen tavaksi, koska sen ydin on vuorovaikutuksessa ja vastaanottajan kokemuksessa, ei tukijan toiminnassa. Kysymysten muotoilu tuen saajien näkökulman huomioivaksi olisi mielekäästä sikäli, että juuri heidän hyvinvoinnistaan kyselytutkimukset ovat kiinnostuneita. Kenties implisiittiset käsitykset uhrista passiivisena kohteena ovat tässä kohtaa vaikuttaneet myös uhrien selviytymiskykyjen huomioimista peräänkuuluttavien tutkijoiden ajatteluun.

Lisäksi on huomioitava sekä seksuaalisen väkivallan että sosiaalisen tuen merkitysten kulttuurisidonnaisuus. Esimerkiksi uhrin syyllistäminen saattaa olla erityisen vahingollista kulttuurissa, joka yleisesti ottaen arvottaa yksilöä hänen oman vahvuutensa ja itsenäisen elämänhallintansa kautta. Ensinnäkin vahvuutta korostavassa kulttuurissa syyllistetyn uhrin voi olla vaikea löytää seksuaaliselle väkivallalle tai omalle kärsimykselleen muita, uskottavampia syitä kuin oma puutteellisuutensa ja heikkoutensa. Toiseksi vahvuuden korostunut arvostus merkitsee heikkouden erityisen häpeälliseksi (Ronkainen, 2001). Ullmanin (2000) kielteisiä ja myönteisiä reaktioita ei liene mahdollista luokitella universaalisti ja yksiselitteisesti toimiviksi ja vahingollisiksi, vaan ne riippuvat yksilöllisistä ja kulttuurisista merkityksistä.

#### 10.4 Tutkimuksen heikkouksia ja vahvuuksia

Tämän tutkimuksen tuloksia tarkastellessa on huomioitava otoksen erityispiirteet. Haastateltavat ovat sikäli erityinen ryhmä, että he ovat tahtoneet aktiivisesti käsitellä kokemuksiaan puhumalla muidenkin kuin läheistensä kanssa. He ovat kokeneet Tyttöjen Talon ympäristönä sellaiseksi, jossa viihtyvät viikosta toiseen. Haastateltavien Tyttöjen Taloa kohtaan tuntema kiitollisuus ja lojaalius saattoi häivyttää kielteisiä kokemuksia. Se, että Tyttöjen Talon työntekijät rekrytoivat osallistujat, saattoi valikoida osallistujia ja kannustaa heitä tulkitsemaan tutkimukseen osallistumisen vastapalvelukseksi Tyttöjen Talolle tai tutulle työntekijälle. Toisaalta motivoituneet ja kokemuksiaan jo aiemmin runsaasti reflektoineet haastateltavat tuottivat rikasta aineistoa.

Toistuvilla haastattelukerroilla olisi ollut mahdollista syventää ymmärrystä yksilöllisten kokemusten taustoista sekä kaikkein intiimeimmistä kokemuksista. Liimakka (2012) pohtii, kuinka ruumiillisia kokemuksia voi olla vaikea tavoittaa kunnolla, kun tutkimuksen välineenä käytetään kieltä: kun ruumiilliset, aistimelliset kokemukset kielellistetään, kokemukset saattavat muuttua ja käännösprosessissa voi kadota jotakin. Seksuaaliseen väkivaltaan liittyvistä kokemuksista puhumisesta voi siis tehdä vaikeaa paitsi niiden intiimiys myös niiden ruumiillisuus. Ruumiillisuus ei ollut aineistonkeruuvaiheessa erityisenä kiinnostuksen kohteena (liite 3), mutta myös aineistonkeruutapa saattaa häivyttää ja muuntaa siihen liittyviä merkityksiä. Lisäksi tutkijan ennakkokäsitykset ohjaavat väistämättä havaintoja, joita hän aineistosta tekee. Tietämykseni siitä, mihin Tyttöjen Talo toiminnallaan pyrkii, saattoi ohjata minua kiinnittämään huomiota tarkemmin niihin kysymyksiin. Toisaalta olisin mahdollisesti osannut tulkita ja pohtia syvemmin Tyttöjen Talon sisäisen kulttuurin merkityksiä, jos olisin tuntenut sen lähemmin.

Haastatteluiden kysymyksenasettelut (liite 3) ovat saattaneet korostaa prosessin ajassa etenemistä ja myönteisiä muutoksia. Seksuaalisen väkivallan fenomenologiaa voisi tutkia paitsi ajan myös paikkojen merkitysten kautta, sillä ruumiilliset kokemukset kiinnittyvät myös tilassa toimimiseen. Hurtig (2013) ja Laitinen (2004) ovat kirjoittaneet kodin merkityksestä seksuaalisen väkivallan tapahtumapaikkana. Kodin ja

seksuaalisen väkivallan tapahtumapaikan lisäksi merkityksellisiä paikkoja voivat olla tukipiste, kuten Tyttöjen Talo, koulu, työpaikka, harrastus tai mikä tahansa. Fyysiseen tilaan liittyvien merkitysten yhteydessä olisi mielekästä tarkastella esimerkiksi tiettyjen tai tietynlaisten paikkojen välttelyä ja niihin hakeutumista, niihin kietoutuvia ajatuksia, tunteita ja tavoitteita. Psykologinen selviytyminen, sosiaaliset suhteet ja identiteetin rakentaminen eivät tapahdu fyysisestä todellisuudesta irrallaan, vaan niiden merkitykset kiinnittyvät konkreettisiin paikkoihin ja toimintaan. Tässä tutkimuksessa paikkoihin liittyvät merkitykset jäivät sivuosaan, vaikka Tyttöjen Talo hahmottuikin kokemuksissa merkityksellisenä tilana, ”rauhan satamana”.

Seksuaalisen väkivallan ja sosiaalisen tuen merkitysten yhteenliittymiä olisi mielekästä lähestyä myös toimijuuden käsitteen kautta. Tällöin tutkimuksen fokus siirtyisi selvemmin uhriuden ja selviytymisen dialogisuuteen. Itsearvostukseen keskittyminen toi selvemmin esiin erilaisia minuuteen kietoutuvan ahdistuksen lähteitä ja itsearvostuksen aineksia. Tutkimuksen tekeminen tuottaa osaltaan tutkittavaa ilmiötä. Vaikka uhriuden ja selviytymisen ristiriita on mielekäs näkökulma seksuaaliseen väkivaltaan, tätä jakoa monipuolistavat käsitteelliset tarkastelut ovat tarpeen kokemusten monimuotoisuuden ymmärtämiseksi.



## Lähteet

Aaltonen, S. (2006). *Tytöt, pojat ja sukupuoli häirintä*. Nuorisotutkimusverkosto, julkaisuja 69. Helsinki: Yliopistopaino.

Ahrens, C. E., Cabral, G. & Abeling, S. (2009). Healing or hurtful: Sexual assault survivors' interpretations of social reactions from support providers. *Psychology of Women Quarterly*, 33, 81–94. DOI: 10.1111/j.1471-6402.2008.01476.x

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5* (5. painos). Washington, D.C.: American Psychiatric Publishing.

Annon J. (1976). The PLISSIT model: A proposed conceptual scheme for the behavioural treatment of sexual problems. *Journal of Sex Education Therapy*. 2 (1), 1–15.

Aro, E. (2001). *Työpaikan sukupuolisen häirinnän ja ahdistelun sosiaaliset representaatiot*. Julkaisematon sosiaalipsykologian pro gradu -tutkielma, Helsingin yliopisto.

Bletzer, K. V. & Koss, M. P. (2006). After-rape among three populations in the southwest: A time of mourning, a time for recovery. *Violence Against Women*, 12, 5–29. DOI: 10.1177/1077801205277352

Brown, B. (2012). *En olekaan yksin: Totuus perfektionismista ja riittämättömyyden tunteesta* (suom. Suna-Marija Önder). Helsinki: Basam Books. (Alkuperäinen teos julkaistu 2007.)

Brownmiller, S. (1975). *Against our will: Men, women and rape*. New York: Fawcett Books.

Campbell, R., Ahrens, C. E., Sefl, T., Wasco, S. M. & Barnes, H. E. (2001). Social reactions to rape victims: Healing and hurtful effects on psychological and physical health outcomes. *Violence and Victims*, 16, 287–302.

Campbell, R., Wasco, S. M., Ahrens, C. E., Sefl, S. & Barnes, H. E. (2001). Preventing the “second rape”: Rape survivors’ experiences with community service providers. *Journal of Interpersonal Violence*, 16, 1239–1259.

Cohen, S. & McKay, G. (1984). Social support, stress and the buffering hypothesis: A theoretical analysis. Teoksessa A. Baum, S. E. Taylor & J. E. Singer (toim.), *Handbook of psychology and health: Vol. 4, Social psychological aspects of health* (s. 253–267). Hillsdale, N. J.: Lawrence Erlbaum.

Corbin, J. & Morse, J. M. (2003). The unstructured interactive interview: Issues of reciprocity and risks when dealing with sensitive topics. *Qualitative Inquiry*, 9 (3), 335–354. DOI: 10.1177/1077800403251757

Crisma, M., Bascelli, E., Paci, D. & Romito, P. (2004). Adolescents who experienced sexual abuse: Fears, needs and impediments to disclosure. *Child Abuse & Neglect*, 28, 1035–1048. DOI:10.1016/j.chiabu.2004.03.015

Dickinson, L. M., deGruy, F. V., Dickinson, P. & Candib, L. M. (1999). Health-related quality of life and symptom profiles of female survivors of sexual abuse. *Archives of Family Medicine*, 8, 35–43.

Dickson-Swift, V., James, E. L., Kippen, S. & Liamputtong, P. (2006). Blurring boundaries in qualitative health research on sensitive topics. *Qualitative Health Research*, 16, 853–871. DOI: 10.1177/1049732306287526

Eischer, H. & Tuppurainen, J. (2011). *Tyttöjen Talo on kuin avoin koti*. Helsinki: Setlementtinuorten liitto ry.

Ellonen, N. & Sariola, H. (2008). Seksuaalinen hyväksikäyttö. Teoksessa N. Ellonen, J. Kääriäinen, V. Salmi & H. Sariola (toim.), *Lasten ja nuorten väkivaltakokemukset: Tutkimus peruskoulun 6. ja 9. luokan oppilaiden kokemasta väkivallasta* (s. 81–114). Tampere: Poliisiammattikorkeakoulu.

Gavey, N. (1994). Women's desire and sexual violence discourse. Teoksessa S. Wilkinson (toim.), *Feminist social psychologies: International perspectives* (s. 51–65). Buckingham: Open University Press.

Hamilo, M. (toim.) (2007). *Älkää säätäkö päätänne – häiriö on todellisuudessa: Suomalaisen psykokulttuurin kritiikki*. Helsinki: Ajatus Kirjat.

Heiskanen, M. & Piispa, M. (1998). *Usko, toivo, hakkaus: Kyselytutkimus miesten naisille tekemästä väkivallasta*. Helsinki: Tilastokeskus.

Hirvonen, J. M. (2006). *Kolme tapaa puhua parisuhdeväkivallasta: Diskurssianalyttinen tutkielma parisuhdeväkivaltaa kokeneiden naisten haastattelupuheesta*. Julkaisematon sosiaalipsykologian pro gradu -tutkielma, Helsingin yliopisto.

Honkatukia, P. (2000). ”Lähentelijöitä riittää...”: Tyttöjen kokemuksia sukupuolisesta ahdistelusta. Teoksessa P. Honkatukia, J. Niemi-Kiesiläinen & S. Näre (toim.), *Lähentelyistä raiskauksiin: Tyttöjen kokemuksia häirinnästä ja seksuaalisesta väkivallasta* (s. 13–76). Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.

Honkatukia, P. (2001). ”Ilmoitti tulleen raiskatuksi”: Tutkimus poliisin tietoon vuonna 1998 tulleista raiskausrikoksista. Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen julkaisu 180. Helsinki: Tilastokeskus.

Honkatukia, P. (2008). Nuorena koettu seksuaalinen väkivalta selviytymisen näkökulmasta. Teoksessa S. Näre & S. Ronkainen (toim.), *Paljastettu intiimi: Sukupuolistuneen väkivallan dynamiikka* (s. 84–105). Tampere: Juvenes Print.

Hurtig, J. (2012). Usko ja uskonyhteisö väkivallan tapahtumaympäristönä. Teoksessa J. Hurtig & M. Leppänen (toim.), *Maijan tarina: Lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö yksilön ja yhteisön traumana* (s. 118–145). Helsinki: Kirjapaja.

Hurtig, J. (2013). *Taivaan taimet: Uskonnollinen yhteisöllisyys ja väkivalta*. Tampere: Vastapaino.

Hurtig, J. & Leppänen, M. (toim. 2012): *Maijan tarina: Lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö yksilön ja yhteisön traumana*. Helsinki: Kirjapaja.

Husso, M. (1997). Heikkouden hetkiä parisuhdeväkivallassa. Teoksessa E. Jokinen (toim.), *Ruumiin siteet: Kirjoituksia eroista, järjestyksistä ja sukupuolesta*. Tampere: Vastapaino.

Janoff-Bulman, R. (1979). Characterological versus behavioral self-blame: Inquiries into depression and rape. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37 (10), 1798–1809.

Jensen, T. K., Gulbrandsen, W., Mossige, S., Reichelt, S. & Tjersland, O. A. (2005). Reporting possible sexual abuse: A qualitative study on children's perspectives and the context for disclosure. *Child Abuse & Neglect*, 29, 1395–1413.  
DOI:10.1016/j.chiabu.2005.07.004

Kainulainen, H. (2004). *Raiskattu? Tutkimus raiskausten käsittelemisestä rikosprosessissa*. Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen julkaisuja 212. Helsinki: Tilastokeskus.

Kaukonen, M., Raijas, R., Silver, R. & Valkama, K. (toim.) (2003). *Seksuaalinen väkivalta ja hyväksikäyttö: Selviytymiskertomuksia*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kelly, L. (1988). *Surviving sexual violence*. Cambridge: Polity Press.

Kivivuori, J. (1991). *Psykokulttuuri: Sosiologinen näkökulma arjen psykologisoitumisen prosessiin*. Helsinki: Hanki ja Jää.

Koss, M. P. & Gidycz, C. A. (1985). Sexual Experiences Survey: Reliability and validity. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53 (3), 422–423.

Koss, M. P. & Oros, C. J. (1982). Sexual Experiences Survey: A research instrument investigating sexual aggression and victimization. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50 (3), 455-457.

Kotanen, R. (2013). *Näkymättömästä näkökulmaksi: Parisuhdeväkivallan uhrit ja oikeudellisen sääntelyn muutos Suomessa* (Sosiaalitieteiden laitoksen julkaisuja 5). Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden laitos.

Kähkönen, S., Karila, I. & Holmberg, N. (toim.) (2008). *Kognitiivinen psykoterapia*. Helsinki: Duodecim.

Laitinen, M. (2004). *Häväistyt ruumiit, rikotut mielet: Tutkimus lapsina läheissuhteissa seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten ja miesten elämästä*. Tampere: Vastapaino.

Laitinen, M. & Uusitalo, T. (2007). Sensitiivisen haastattelututkimuksen eettiset haasteet. *Janus*, 15 (4), 316–332.

Laitinen, M. (2012). Seksuaalisen hyväksikäytön tiedetyksi tuleminen. Teoksessa J. Hurtig & M. Leppänen (toim.), *Maijan tarina: Lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö yksilön ja yhteisön trauma* (s. 156–168). Helsinki: Kirjapaja.

Lampinen, P. (2007). *Raiskattu mies: Tutkimus miehiin kohdistuvasta seksuaalisesta väkivallasta*. Julkaisematon sosiaalityön pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto.

Lappi-Seppälä, T. & Hinkkanen, V. (2004). *Selvityksiä raiskausrangaistuksista ja rangaistuskäytännön yhtenäisyydestä*. Helsinki: Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen tutkimustiedontantoja 61.

Lappi-Seppälä, T. & Niemi, H. (2013). Seksuaalirikokset. Teoksessa *Rikollisuustilanne 2012: Rikollisuus ja seuraamusjärjestelmä tilastojen valossa* (s. 97–118). Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen tutkimuksia 264. Helsinki: Hakapaino Oy.

Larkin, M., Watts, S. & Clifton, E. (2006). Giving voice and making sense in interpretative phenomenological analysis. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 102–120. DOI: 10.1191/1478088706qp062oa

Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.

Lee, R. M. & Renzetti, C. M. (1993). The problems of researching sensitive topics: An overview and introduction. Teoksessa C. M. Renzetti & R. M. Lee (toim.), *Researching sensitive topics* (s. 3–13). Newbury Park: Sage.

Lehtonen, A. & Perttu, S. (1999). *Naisiin kohdistuva väkivalta*. Helsinki: Kirjayhtymä.

Liimakka, S. (2012). Kokemus, kieli ja kokemuksen mieli – metodologisia pohdintoja. Teoksessa L. Kiviniemi, K. Koivisto, T. Latomaa, M. Merilehto, P. Sandelin & T. Suorsa (toim.), *Kokemuksen tutkimus III: Teoria, käytäntö, tutkija* (s. 101–114). Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Littleton, H. L. (2010). The impact of social support and negative disclosure reactions on sexual assault victims: A cross-sectional and longitudinal investigation. *Journal of Trauma & Dissociation*, 11, 210–227. DOI: 10.1080/15299730903502946

Littleton, H., Tabernik, H., Canales, E. J. & Backstrom, T. (2009). Risky situation or harmless fun? A qualitative examination of college women's bad hook-up and rape scripts. *Sex Roles*, 60, 793–804. DOI: 10.1007/s11199-009-9586-8

Littleton, H. & Breitkopf, C. R. (2006). Coping with the experience of rape. *Psychology of Women Quarterly*, 30, 106–116. DOI: 10.1111/j.1471-6402.2006.00267.x

Mason, G. E., Ullman, S., Long, S. E., Long, L. & Starzynski, L. (2009). Sexual assault revictimization. *Journal of Community Psychology*, 37 (1), 58–72.

Moor, A. (2007). When recounting the traumatic memories is not enough: Treating persistent self-devaluation associated with rape and victim-blaming rape myths. *Women & Therapy*, 30, 19–33. DOI: 10.1300/J015v30n01\_02

Moor, A., Ben-Meir, E., Golan-Shapira, D. & Farchi, M. (2013). Rape: A trauma of paralyzing dehumanization. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 22 (10), 1051–1069. DOI: 10.1080/10926771.2013.848965

Neville, H. A. & Heppner, M. J. (1999). Contextualizing rape: Reviewing sequelae and proposing a culturally inclusive ecological model of sexual assault recovery. *Applied & Preventive Psychology*, 8, 41–62.

Niemi-Kiesiläinen, J. (2000). Mitä seksuaalirikoslailla halutaan suojella? Teoksessa P. Honkatukia, J. Niemi-Kiesiläinen & S. Näre (toim.), *Lähentelyistä raiskauksiin: Tyttöjen kokemuksia häirinnästä ja seksuaalisesta väkivallasta* (s. 137–168). Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.

Näre, S. (2000). Nuorten tyttöjen kohtaama seksuaalinen väkivalta ja loukattu luottamus tunnetaloudessa. Teoksessa P. Honkatukia, J. Niemi-Kiesiläinen & S. Näre (toim.), *Lähentelyistä raiskauksiin: Tyttöjen kokemuksia häirinnästä ja seksuaalisesta väkivallasta* (s. 77–135). Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.

Näre, S. & Ruuhilahti, S. (2012). Vallattomat pillut valtaistumassa. Teoksessa K. Kettu & K. Petäjäjärvi (toim.), *Pimppini on valloillaan: Naisiin kohdistuva seksuaalinen vallankäyttö* (s. 10–16). Helsinki: WSOY.

Ojanen, K. (2011). Katsaus tyttö tutkimuksen suomalaiseen historiaan ja keskusteluihin. Teoksessa K. Ojanen, H. Mulari & S. Aaltonen (toim.), *Entäs tytöt: Johdatus tyttö tutkimukseen* (s. 9–43). Tampere: Vastapaino.

Pereira, A. L. (2012). *Social representations of violence against women in Algeria*. Julkaisematon sosiaalipsykologian pro gradu -tutkielma, Helsingin yliopisto.

Peterson, Z. D. & Muehlenhard, C. L. (2004). Was it rape? The function of women's rape myth acceptance and definitions of sex in labeling their own experiences. *Sex Roles*, 51, (3), 129–144.

Piispa, M., Heiskanen, M., Kääriäinen, J. & Sirén, R. (2006). *Naisiin kohdistunut väkivalta 2005*. Helsinki: Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen julkaisuja 225.

Piispa, M. & Honkatukia, P. (2008). Nuoret naiset ja polarisoiva seksuaalinen väkivalta. Teoksessa M. Autio, K. Eräranta & S. Myllyniemi (toim.), *Polarisoituva nuoruus: Nuorten elinolot -vuosikirja 2008* (s. 105–115). Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.

Raijas, R. (2003). Seksuaalisen väkivallan trauma. Teoksessa M. Kaukonen, R. Raijas, R. Silver & K. Valkama (toim.), *Seksuaalinen väkivalta ja hyväksikäyttö: Selviytymiskertomuksia* (s. 33–46). Jyväskylä: PS-kustannus.

Ramos-Lira, L., Koss, M. P. & Russo, N. F. (1999). Mexican American women's definitions of rape and sexual abuse. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 21, 236–265. DOI: 10.1177/0739986399213004



Regehr, C., Marziali, E. & Jansen, K. (1999). A qualitative analysis of strengths and vulnerabilities in sexually assaulted women. *Clinical Social Work Journal*, 27, 171–184.

Rinkinen, M. K. (2012). *Etnografinen tutkimusmatka ryhmän muutokseen*. Julkaisematon sosiaalipsykologian pro gradu -tutkielma, Helsingin yliopisto.

Ronkainen, S. (2001). Sukupuolistunut väkivalta ja uhriutumisen paradoksit. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti*, 38, 139–151.

Ronkainen, S. (2008). Intiimi loukkaus ja haavoittuvuus: Seksuaalinen väkivalta ja pornografisoivat narratiivit. Teoksessa S. Näre & S. Ronkainen (toim.), *Paljastettu intiimi: Sukupuolistuneen väkivallan dynamiikka* (s. 43–83). Tampere: Juvenes Print.

Ronkainen, S. & Näre, S. (2008). Intiimin haavoittava valta. Teoksessa S. Näre & S. Ronkainen (toim.), *Paljastettu intiimi: Sukupuolistuneen väkivallan dynamiikka* (s. 7–36). Tampere: Juvenes Print.

Saarikoski, H. (2012). *Mistä on huonot tytöt tehty? Tutkimus huora-sanan käytöstä ja tyttöjen kokemasta kiusaamisesta* (2. korjattu painos). Helsinki: Partuuna. (Alkuperäinen teos julkaistu 2001).

Sallinen, R. (2008). *Naisten tarinoita parisuhdeväkivallasta: Aktiivinen toimijuus ja uhriutuminen narratiivisesta näkökulmasta tarkasteltuna*. Julkaisematon sosiaalipsykologian pro gradu -tutkielma, Helsingin yliopisto.

Sieber, J. E. (1993). The ethics and politics of sensitive research. Teoksessa C. M. Renzetti & R. M. Lee (toim.), *Researching sensitive topics* (s. 14–26). Newbury Park: Sage.

Silfver-Kuhlampi, M. & Helkama, K. (2012). Syyllisyys, häpeä ja arvot erilaisissa kulttuureissa. *Psykologia*, 47 (05-06), 383–395.

Smith, J., Flowers, P. & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis. Theory, method and research*. Lontoo: Sage.

Smith, J. & Osborn, M. (2008). Interpretative phenomenological analysis. Teoksessa J. Smith (toim.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (s. 53–80). Los Angeles: Sage.

Syrjälä, T. (2000). *Vaietut tarinat: Tutkimus yhdeksän lapsuudessaan seksuaalisesti hyväksikäytetyn naisen kokemuksesta ja selviytymisestä*. Julkaisematon sosiaalipsykologian pro gradu -tutkielma, Helsingin yliopisto.

Tangney, J. P., Miller, R. S., Flicker, L. & Barlow, D. H. (1996). Are shame, guilt, and embarrassment distinct emotions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1256–1269.

Taylor, B. & Davis, S. (2006). Using the Extended PLISSIT model to address sexual healthcare needs. *Nursing Standard*, 21 (11), 35–40.

Testa, M., VanZile-Tamsen, C., Livingston, J. A. & Koss, M. P. (2004). Assessing women's experiences of sexual aggression using the Sexual Experiences Survey: Evidence for validity and implications for research. *Psychology of Women Quarterly*, 28, 256–265. DOI: 10.1111/j.1471-6402.2004.00143.x

Thoits, P. A. (1986). Social support as coping assistance. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 54, 416–423.

Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 52 (2), 145–161. DOI: 10.1177/0022146510395592

Thomas, A. M. & Kitzinger, C. (toim.) (1997). *Sexual harassment: Contemporary feminist perspectives*. Buckingham: Open University Press.

Ullman, S. E. (1999). Social support and recovery from sexual assault: A review. *Aggression and Violent Behavior, 4*, 343–358.

Ullman, S. E. (2000). Psychometric characteristics of the Social Reactions Questionnaire. A measure of reactions to sexual assault victims. *Psychology of Women Quarterly, 24*, 237–271.

Ullman, S. E. (2003). Social reactions to child sexual abuse disclosures: A critical review. *Journal of Child Sexual Abuse, 12*, 89–121. DOI: 10.1300/J070v12n01\_05

Ullman, S. E. (2011). Is disclosure of sexual traumas helpful? Comparing experimental laboratory versus field study results. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 20*, 148–162. DOI: 10.1080/10926771.2011.546751

Utriainen, T. (2013). *Raiskaus rikosoikeudellisena ongelmana* (2. täydennetty painos). Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Venäläinen, S. M. (2011). *Sukupuolen rakentuminen väkivaltakertomuksissa*. Julkaisematon sosiaalipsykologian pro gradu -tutkielma, Helsingin yliopisto.

Van Vliet, K. J. (2009). The role of attributions in the process of overcoming shame: A qualitative analysis. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 82*, 137–152. DOI: 10.1348/147608308X389391

Wasco, S. M. (2003). Conceptualizing the harm done by rape: Applications of trauma theory to experiences of sexual assault. *Trauma, Violence, & Abuse, 4*, 309–322. DOI: 10.1177/1524838003256560

## Internet-lähteet

*Kouluterveyskysely (2013)*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 17.10.2014.

[http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/tulokset-aiheittain/tapaturmat-ja-vakivalta#kokenut\\_seksuaalista\\_vakivaltaa\\_joskus\\_tai\\_toistuvasti](http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/tulokset-aiheittain/tapaturmat-ja-vakivalta#kokenut_seksuaalista_vakivaltaa_joskus_tai_toistuvasti)

Rikoslaki, 20 luku. Viitattu 2.10.2014.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1889/18890039001#L20>

Suomen Setlementtiliitto ry. *Sukupuolisensitiivinen tyttötyö*. Viitattu 2.10.2014.

<http://www.setlementti.fi/tyttotyto/sukupuolisensitiivisyys>

Suomen virallinen tilasto. *Poliisin tietoon tullut rikollisuus 2013, 4. vuosineljännes*.

*Liitetaulukko 1. Eräiden rikostyyppien kehitys tammi–joulukuussa 2009–2013*

(ennakkotieto). Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu 2.10.2014.

[http://www.stat.fi/til/polrik/2013/04/polrik\\_2013\\_04\\_2014-01-17\\_tau\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/polrik/2013/04/polrik_2013_04_2014-01-17_tau_001_fi.html)

Tyttöjen Talo. Viitattu 17.10.2014. <http://www.tyttojentalo.fi>

## Tyttöjen Talon tiedonannot

Hannila, K. (henkilökohtaiset tiedonannot, lokakuu 2013).

Opas seksuaalista väkivaltaa kokeneiden nuorten vanhemmille.

Tyttöjen Talon seksuaalisen väkivaltatyön toimintakertomus 2012 (Aino & Ilmari -hanke 2011–2013).

# Liitteet

## Liite 1: Saatekirje

Tutkimus Tyttöjen Talon seksuaaliseen väkivaltaan keskittyvästä työstä

Olen sosiaalipsykologian maisterivaiheen opiskelija Helsingin yliopiston sosiaalitieteiden laitokselta. Teen Tyttöjen Talolla opintoihini kuuluvan työharjoittelujakson aikana laadullisen haastattelututkimuksen. Tutkimuksen tavoitteena on tarkastella nuorten naisten kokemuksia tuesta, jota he ovat saaneet Tyttöjen Talolta seksuaalisen väkivallan kokemusten jälkeen. Tuloksia hyödynnetään tuen kehittämisessä. Tutkimus on osa Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen rahoittamaa Aino & Ilmari -hanketta, jonka tavoitteina on edistää seksuaalista väkivaltaa kokeneiden tunnistamista sekä kehittää ja jatkaa heille tarjottavaa tukea. Esittelen tutkimuksen tulokset hankkeen päätösseminaarissa 7.11.2013.

Tutkimuksessa haastattelen nuoria naisia, jotka ovat olleet Tyttöjen Talon seksuaaliseen väkivaltaan keskittyvän tuen piirissä vuonna 2013 vähintään puoli vuotta ja jotka ovat saaneet tukea sekä yksilöllisesti että ryhmässä. Kerään aineistoksi yksilöllisiä, kertaluonteisia teemahaastatteluita, jotka nauhoitan ja puran tekstiksi. Poistan tai muutan tekstistä nimet ja muut tiedot, joiden avulla haastateltava olisi tunnistettavissa. Aineistolainauksia käytän tutkimusraportissa siten, ettei osallistujaa voi niistä tunnistaa. Aineiston analysoinnin jälkeen hävitän haastattelunauhat.

Käytän aineistoa mahdollisesti myös samaan aiheeseen keskittyvässä, opintoihini kuuluvassa pro gradu -tutkielmassani. Tekstiksi purettu aineisto arkistoidaan Tyttöjen Talon myöhempää tutkimus- ja opetuskäyttöä varten.

Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Osallistuja voi halutessaan keskeyttää haastattelun missä vaiheessa tahansa ilman erityistä syytä. Haastattelu etenee vapaan keskustelun tavoin, ja siihen tulisi varata aikaa kaksi tuntia. Vastaan mielelläni tutkimusta koskeviin kysymyksiin ennen haastattelua.

Parhain terveisin,  
Marleena Vornanen  
[puhelinnumero]  
marleena.vornanen@helsinki.fi

## **Liite 2: Tutkimussuostumus**

Osallistun vapaaehtoisesti Marleena Vornasen suorittamaan haastattelututkimukseen Tyttöjen Talon seksuaaliseen väkivaltaan keskittyvästä työstä. Tutkimusaineistoa käytetään Aino & Ilmari -hankkeeseen kuuluvan tutkimuksen raportissa sekä mahdollisesti samaan aiheeseen liittyvässä pro gradu -tutkielmassa Helsingin yliopiston sosiaalitieteiden laitoksella. Suoria lainauksia puheestani voidaan käyttää tutkimusraporteissa ja suullisissa esittelyissä niin, ettei minua voida niistä tunnistaa. Tekstiksi purettu haastatteluaineisto arkistoidaan Tyttöjen Talon myöhempää tutkimus- ja opetuskäyttöä varten.

Minulla on halutessani oikeus vetäytyä pois tutkimuksesta missä vaiheessa tahansa ilman erityistä syytä ilmoittamalla asiasta tutkijalle. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimuksesta ja siihen osallistumisesta. Olen saanut riittävästi tietoa tutkimuksen sisällöstä ja aineiston käytöstä.

Päiväys

Allekirjoitus

Nimen selvennys

### Liite 3: Haastattelun runko

Kertoisitko ensimmäisestä käynnistäsi Tyttöjen Talolla?

mitä tehtiin, keitä tapasit, miltä tuntui, mitä ajattelit, miksi tulit

Miten tulit mukaan seksuaalisen väkivallan tuen piiriin?

mistä kuulit toiminnasta, mihin kaipasit apua, miksi juuri Tyttöjen Talolle, miksi juuri silloin, oliko oikea aika, saiko tukea muualta

Kertoisitko elämästäsi ennen seksuaalisen väkivallan tuen piiriin tuloa?

**elämänhallinta** (koulu, työ, päihteet)

**ihmissuhteet** ja tunne-elämä, seksuaalisuus

Millaista **yksilötuki** on ollut?

miltä vaikutti aluksi, entä myöhemmin, mitä käsiteltiin, auttoiko elämänhallintaan, vaikuttiko ihmissuhteisiin, minkä koit tärkeäksi, oliko jokin hyödytöntä tai haitallista

Millaista **ryhmässä** on ollut?

miltä vaikutti aluksi, entä myöhemmin, mitä käsiteltiin, auttoiko elämänhallintaan, vaikuttiko ihmissuhteisiin, minkä koit tärkeäksi, oliko jokin hyödytöntä tai haitallista

Miten Tyttöjen Talon tuki merkitsee sinulle tällä hetkellä?

onko tuen merkitys muuttunut ajan myötä, saatko tukea muualta

Mitä odotat tulevaisuudelta?

tulevat ihmissuhteet ja seksielämä

vaikuttaako Talon tukitoiminta tulevaisuuteesi?

#### Liite 4: Litteraatiomerkinnot

,	lyhyt tauko tai jarrutus
.	selvä tauko tai pysähdys
(tauco)	usean sekunnin tauko
(pitkä tauco)	vähintään kahdeksan sekunnin tauko
[sana]	sana tai nimi muutettu tai lisätty sana osoittamaan, mihin puheessa viitataan
<u>sana</u>	sanän voimakas painotus
(--)	näytteestä on leikattu osa
...	nauhan kohinan aiheuttama katkos